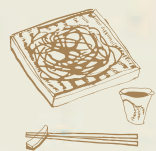


打ちたて蕎麦に、採りたて卵



素材の良さで勝負、里めしはうまい!

里山編

里めしの基本は素朴でシンプル。その地ならではの環境が育てた極上素材が生きるものばかりだ。



☎ 0799-70-1478
📍 淡路市生田畑152
🕒 11:00~15:00(土日祝のみ営業)
P 有



さが人気の二八蕎麦が、当地で栽培した古代米のごはんや淡路産の藻塩で食べる地元産野菜のかき揚げなどと楽しめる。

地元140世帯がいつしよになって蕎麦づくりを行う淡路市生田地区のそばカフェ生田村では「挽きたて」打ちたてにこだわり、店が開く直前に製粉し、その日の状況に合わせて蕎麦を打つ。木の香り漂う店内で、風味の良

そばカフェ生田村「兵庫県/淡路市」 P 23



手打ち蕎麦

紅そば亭「岡山県/美咲町」

P 9

棚田のそば屋として人気を集める店が紅(あか)そば亭だ。「高嶺ルビー」と呼ばれる赤い花が咲く地元産の赤蕎麦を使う。一般の蕎麦と比べ野趣があり、コシの強さを生かすため、太目の麺で楽しむ。

本来のうまみと香りを味わうと香りを味わう十割そば、山芋を雲に見立てた「雲海そば」、地元ならではの里の味を盛り込んだ「境そば」など、どれもがほっと心に染み入る懐かしいうまさだ。



お店は峠の茶屋の趣。
☎ 0868-68-0661
📍 久米郡美咲町境1371
🕒 11:00~14:00(火水曜日定休)
P 有



味自慢は、このシンプルさに現れる。

卵かけごはん

食堂かめつち。「岡山県/美咲町」 P 9

美咲町には西日本最大級の養鶏場があり、極上の棚田米がある。そんなふたつが出会えば、卵かけごはんが名物になるのも当たり前だ。地元出身で明治時代を代表するジャーナリストだった岸田吟香も大好物で、全国にその魅力を広めたとも。

500円ではかほかごはん、産みたてたまご、味噌汁、おしんこ、トッピングがワンセット。お好みで、オリ



ジナル、しそ、しよすが、ピリ辛の4種類のタレで食べる。ごはんは卵はおかわり自由(※卵だけの追加は別途)だから、食べ過ぎには要注意。



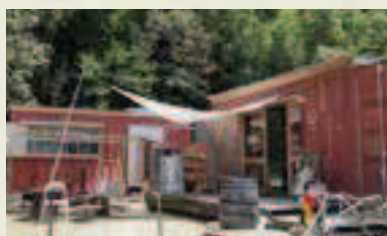
ここをお目当てに来る旅行者で、昼時は行列もできる。

二種いる品種のうち、「もみじ」はもみじ色の殻の卵を産む。黄身が際立ち卵本来の味わいが深く、卵かけごはんなど生で食べたい。もう一種の「さくら」はうつつすら桜色の卵を産み、どの調理にも向くバランスの良さときめ細やかな白身の泡立ちが特徴。遠方からのお客も多い。

北坂養鶏場直売所「兵庫県/淡路市」 P 23



お気軽にどうぞ!!
☎ 0868-66-1123((株)美咲物産)
📍 久米郡美咲町原田2155
🕒 9:00~17:00(年末年始休)
P 有(中央総合運動公園駐車場利用)



☎ 0799-70-7267
📍 淡路市育波1115-1
🕒 10:00~16:00(元日休)
P 有



卵の殻を割らずにつくった「たまごまるごとプリン」もお土産に人気。