

伊那そばマップ

信州そば発祥の地

伊那



高遠 長谷 そば処

12 絶景と共に味わう手打ちそば 風聲庵
 茅野市室川字安国寺 3372-24
 ☎ 0266-72-7211
 🕒 10:00~16:00
 🍴 水 🍷 25台

眼下の絶景を眺めながら、地産のそばに打つて手打ちそばを味わっていただきます。二つ折のそばを味わっていただく「そば処」、伊那の名産「手打ちそば」が人気です。

13 古民家で味わう若き店主の創作そば 七めん亭
 伊那市高遠町長藤 1924
 ☎ 0265-94-3517
 🕒 10:00~15:00、17:00~予約営業のみ
 🍴 水 🍷 10台

昔の蕎麦店まで美しく、つけ蕎麦セットがおすすめ。カレー、ケーキも作り。

14 自家製粉石臼挽きの店 高遠そば 紅さくら
 伊那市高遠町東高遠 1656-1
 ☎ 0265-94-5580
 🕒 11:00~15:00
 🍴 金、第一木、2月 🍷 10台

自家製石臼粉を使用した新鮮なそばをメインに提供。小鉢の料理はすべて手作りです。(そば売り切れ次第終了)

15 4種のそばを自家製粉 高遠そば ますや
 伊那市高遠町東高遠 1071
 ☎ 0265-94-5123
 🕒 11:00~14:30
 🍴 不定休 🍷 10台

そば4種、つゆ3種の組合せが楽しめます。

16 高遠のそばの美味さを伝えたい 蕎麦 きし野
 伊那市高遠町東高遠 2226-1
 ☎ 0265-97-1096
 🕒 11:00~15:00 (14:00 LO)
 🍴 月・火(臨時休業あり) 🍷 4台

高遠そばの美味しさに応じたそばを自家製粉して毎日2~4種の蕎麦を提供。Instagram@soba_kishino

17 地元産のそばを自家製粉 高遠そば 華留運
 伊那市高遠町西高遠 1621-1
 ☎ 0265-94-4277
 🕒 11:00~15:00 (夜は不定休)
 🍴 水・日(夜) 🍷 8台

高遠 長谷産の蕎麦を自家製粉して毎日2~4種の蕎麦を提供。入野谷産そばや信州産蕎麦も。

18 十割そば、コーヒー、期間限定販売 珈琲 土味の器
 伊那市高遠町西高遠 1842-1
 ☎ 0265-94-2306
 🕒 11:30~14:00
 🍴 月・火・水 🍷 10台

こだわり製法の蕎麦とこだわりの珈琲。小鉢の料理はすべて手作りです。コーヒーの小さな店です。

19 家で食べる自家製粉の店 高遠そば 壱刻 いっく
 伊那市高遠町西高遠 1696
 ☎ 0265-94-2221
 🕒 11:00~14:00
 🍴 水・木・金 🍷 商店街無料駐車場

(11月中旬~3月末まで)伊那市のソバ産地「入野谷産」をメインとし、自家製粉も、打ち方を覚えた蕎麦師が毎日手打ち提供。

20 江戸の風情を味わえる憩いの空間 旧中村家住宅 たまきや
 伊那市高遠町西高遠 184
 ☎ 0265-94-2251
 🕒 11:30~14:00 17:30~21:00
 🍴 水・木 🍷 8台

約300年続くことのできる町屋風家。息心な職人が蕎麦をこねる。夏は蕎麦を冷たい汁とそばつゆの肴とともにお楽しみいただけます。

21 そばと郷土料理の味処 楽座紅葉軒
 伊那市高遠町小原 305-1
 ☎ 0265-94-2154
 🕒 11:00~14:00 以降要予約
 🍴 不定休 🍷 30台

郷土料理専門店。「高遠そば」「蕎麦花」「さくらアイス」など蕎麦やさくらメニューも楽しめます。



お問い合わせ
 信州そば発祥の地 伊那そば振興会
 TEL.0265-78-4111(代)
 (一社) 伊那市観光協会
 TEL.0265-96-8100
 伊那市高遠町観光案内所
 TEL.0265-94-1745
 ホームページアドレス
<http://inashi-kankoukyoukai.jp/>

