



長野県のヒト・コト・モノと
あなたを“つなぐ”情報マガジン

vol. 92
2023.3
令和5年2月15日発行

TAKE FREE

長野県のヒト・コト・モノと
あなたを“つなぐ”情報マガジン

2023.3

VOL. 92

令和5年2月15日発行

しあわせ信州

TAKE FREE

発行：長野県



ふわふわの生地にクリームを
たっぷりサンドした牛乳パン。
ルーツとともに個性豊かな12種を一挙ご紹介。
なぜ長野で愛されるのか、その特徴を知って、
推し牛乳パンを見つけてみては？



長野のご当地パン /
牛乳パンの魅力に迫る

ナガノシードルキャンペーン

～スイーツとの新たな出会い～開催中

期間 2月1日(水) > 3月中旬

※開催期間は店舗によって異なります

首都圏11店舗で長野県産のりんごを使い県内で醸造されたシードル「ナガノシードル」とスイーツのペアリングメニューを提供するキャンペーンを順次開催しています。アンケートへの回答やSNSへ投稿をしていただいた方の中から抽選で、ナガノシードルをプレゼント。この機会にナガノシードルを楽しんでみませんか。



詳しくはこちら



ペアリングメニュー例

タカノフルーツバーラー新宿本店

期間:2月1日(水)～28日(火)

「せとかと国産柑橘を楽しむコース(5,500円)」などのコースメニューで、2種類から選べるシードル1杯がセットに。



クリントン・ストリート・ベーキング・カンパニー

期間:2月1日(水)～28日(火)

週替わりのスペシャルパンケーキと4種類のシードルから1杯を選べるセットメニュー(2,500円)を提供。



※他の店舗情報はキャンペーンサイトに順次お知らせ

信州「学び」応援寄付金の募集開始

「母校や地元の学校を応援したい」など県内の学びを応援したい方々の意思を学校等につなぎ、各学校等の取組みを支援するため、県のふるさと納税の寄付金の使途において、学校名等を指定した寄付ができる「信州「学び」応援寄付金」を創設しました。



【対象となる学校等】 県立学校、私立学校・信州やまほいく認定園(登録制)

【活用例】 教育備品の購入や学校独自の奨学金などに活用

※お礼の品はお送りしておりませんので、ご了承ください。
※特定の学校等を指定せず、県全体の学びを応援したい方については、一般寄付重点テーマ「教育・人づくり」で寄付を受け付けています。



詳しくはこちら

会員募集中!!

ながのファンコミュニティ
Nagano Fan Community

2月28日まで会員限定 長野県産品(5,000円相当)
プレゼントキャンペーン実施中!!

長野県ファン向け交流サイト「ながのファンコミュニティ」の会員を募集しています。アンケートや投稿を通じて会員から寄せられた声を観光の価値を高める活動に役立てるなど、ファンのみなさんと一緒に長野県をもっと面白くしていこうという取り組みです。会員登録は無料で長野県の旬な情報をいち早くお届け。みなさまのご入会、お待ちしております!



詳しくはこちら



動画もチェック!



Breath of Nagano
「凍り豆腐」

王鷲 美穂

【執筆者】Ohsanama料理教室 ソイフードマイスター

大寒から2月にかけてピークを迎える長野県の厳しい冬の寒さを生かし、作り伝わる伝統保存食が「凍り豆腐」。長野県は生産量全国1位を誇ります。工業化が進んだ今でも昔ながらの製法で作っているお宅やお店もあり、固く作った豆腐を切り、夕暮れ時から屋外に並べ凍らせた後、ひも(わら)で吊るし何日もかけ乾燥させ出来上がります。原料の大豆は「畑のお肉」とも形容され、たんぱく質を豊富に含みます。「凍り豆腐」は、長野県の寒い冬に欠かせない貴重なたんぱく源であったことは間違いありません。もう一つ注目したい栄養素はカルシウムです。大豆加工食品の中でも際立ってカルシウム含有量が多く、老若男女問わず積極的に食べたい食品です。今では小さくカットされたものや粉末の商品もあり、アイデア次第で様々な料理で大活躍! 煮物や和食のみならず、戻した凍り豆腐を細かくカットし、ひき肉と同じように炒めればミートソースやドライカレーなど洋食に使うことが出来ます。卵液を染み込ませてパターで焼けばフレンチトースト、揚げれば唐揚げやかりんとう、ドーナツにもなります。粉末は小麦粉の代わりに使うことも出来ます。「凍り豆腐」をいつものレシピに取り入れてみてはいかがでしょうか?



①【長野市】フルーツ&ブレッド サンチ

クリームたっぷり、デザート感覚の丸型パン

濃厚な味わいで人気の「オプセ牛乳」を使ったふんわり生地に、独自配合のクリームをぎゅー詰めたぜいたくな牛乳パン。牛乳のやさしい甘みが漂う。

長野市権堂町2201権堂イーストプラザ1F Tel.026-237-2988



レギュラー 345円
スモール 243円

②【佐久市】塩川ベーカリー

1913年創業の昔ながらの製法を守る

八ヶ岳山麓の天然飲料水を仕込水に使用し、添加物不使用。地元で愛され続ける「ミルクパン」。サービス精神も旺盛で、銀座NAGANOに卸すパンは通常よりバタークリームたっぷりだとか。

佐久市大沢363 Tel.0267-62-3555



356円

③【安曇野市】トラットリアフォルツァ

宅配店ならではの技術によるふんわり生地が自慢

長野全域にパンを届ける専門店が作る牛乳パンは、翌日も焼きたて生地の柔らかさを保つこだわり製法が特徴。生地に合う軽い食感のクリームで、大きいのにペロッと食べられる。

安曇野市豊科高家2287-31 Tel.0263-87-7680



194円

④【駒ヶ根市】すずらんハウス

「すずらん牛乳」を練り込んだふわふわ丸型パン

中央アルプス山麓、駒ヶ根市の特産品「すずらん牛乳」の製造元が作る牛乳パン。たっぷりサンドした牛乳クリームはあっさりとした味わいで、あと引くおしこ。

駒ヶ根市赤穂759-446 Tel.0265-81-7288



330円

⑤【長野市】ピクニック

世代を越えて愛されるコクのある味わい

市内の高校の購買にも卸す、長野市に根ざしたパン店。牛乳パンは卵をたっぷり使ったコクのある生地で、低温発酵のしっとり感があり、ボリュームも満点。飽きのこない人気の味わい。

長野市上松2-23-4 Tel.026-462-1929



318円

⑥【佐久市】モンドウル田村屋

地元の定番、さっぱりクリーム味わい

1905年創業の老舗ならではの製法で香ばしく焼き上げた生地に、毎日手作りにしている軽い食感のクリームをサンド。県内のスーパーにも卸し、地元で愛される味わい。

佐久市中込2438 Tel.0267-62-2909



245円

⑦【安曇野市】歓びのプレリュード

高級食パン専門店が作る新食感!

8周年祭から銀座NAGANOに新登場!口溶けのよいふわふわ生地に、ジャリジャリ感が楽しいクリームを自家製シュガークリームをたっぷりサンド。今どき×昔懐かしさのハーモニー。

安曇野市穂高有明9435 Tel.0263-31-0098



375円

⑧【辰野町】辰野製パン

牛模様のパッケージがかわいい!

安心安全な学校給食パンも作る、中学校前にあるパン店。試作を繰り返し開発された牛乳パンは、甘めのしっとり生地にほんのり洋酒の香りが漂うホイップクリームがたっぷり。

上伊那郡辰野町平出1818-1 Tel.0266-41-0482



255円

⑨【長野市】小林製菓舗

懐かしのイラストとこだわり製法の人気店

イーストフード不使用の生地は、マーガリンの代わりに液体油脂を使うので口当たりよくしっとり。加糖ミルクペーストホイップクリームとの相性抜群。近郊のスーパーや百貨店等でも販売。

長野市豊野町豊野1083 Tel.026-257-2267



345円

⑩【小海町】高原のパンやさん

天然酵母・無添加で仕上げたこだわりパン

天然酵母と八ヶ岳山麓の天然水を使い、素材は「ポッポ牛乳」をはじめ地元産や国産にこだわる。牛乳パンのクリームはグラニュー糖の食感が残る懐かしい味わい。

南佐久郡小海町豊里2098-1 Tel.0267-92-2121



259円

⑪【諏訪市】太養パン店

バランス良好、食べきりサイズの三角形

1916年の創業以来、時代に応じたパンを提供。牛乳パンはエアリーな食感のミルク風味のバタークリームを二次発酵によるふんわり生地でサンド。約40年前に半分サイズにしてより食べやすい形に。

諏訪市末広12-2 Tel.0266-58-0982



230円

⑫【松本市】株式会社スナト

昔の人気商品がリニューアルして再登場

1913年、松本の老舗和菓子店「開運堂」創始者の次男がアメリカで創業したパン店。復刻の牛乳パンはふんわりしっとり生地にキルシュが香るバタークリームたっぷり。インパクトある包装にも注目!

松本市大手4-1-13 Tel.0263-32-5300



399円 ※周年祭限定

※掲載価格は銀座NAGANO販売額で各店舗販売額とは異なります。

長野のご当地パン
「牛乳パン」の魅力に迫る

有限会社小林製菓舗

代表 小林 憲司さん



老若男女を問わず、長年、長野県民に愛され続ける牛乳パン。多くの県民は「全国どこにでもあるもの」と思い込んでいたけれど、実は長野ローカルだったと気づいたのは、最近のこと。県下の多くのパン店でオリジナルレシピの牛乳パンが作られていたり、大手のパンメーカーも県内を対象とした牛乳パンを製造していたりと、本当に身近な存在だったからなのでしょう。

誕生は戦後間もない昭和30年頃。伊那市にあったパン店が、バタークリームを塗ったパンを「牛乳パン」と名付け販売したのがはじまりといわれています。物資不足だった当時、牛乳はおいしく栄養価の高い高級品で、そのイメージにより全県に広がったそうです。

そして、牛乳パンの代名詞と言えるのが、白地に青色で男の子が描かれたレトロでかわいいパッケージのイラスト。県内のいくつものパン店で使われる不思議な存在で、当時も今も、牛

乳パンが人気の理由のひとつだといえます。イラストのルーツは、木曾町福島町の「かねまるパン店」。現店主の幼少期の姿を母がスケッチした絵がパッケージ化され、「牛乳パン=子どもの栄養を補う」というイメージも相まって、さらなる普及の起爆剤になったようです。

今もこのパッケージを使い続ける店のひとつが、長野市豊野にある昭和24(1949)年創業の「小林製菓舗」。「うちが昭和30年代に牛乳パンを作り始めたきっかけは、まさにパッケージでした」と語るのには、2代目の小林憲司さんです。創業当時は和菓子屋でしたが、包装業者からこの袋の営業を受け、「他店でも人気なら作ってみよう」と牛乳パンの製造を開始。時代の流れとともに紆余曲折を経ながらも、着実に売上げを伸ばしてきました。

平成13年頃には包装業者から図柄の廃盤の連絡を受けましたが、製造元の許可を得て、独自に版を起こ



※類似パッケージのものは他にもたくさん

で使用を継続したのだそう。今も県内各地のパン店で一見同じ様に見えて微妙に異なるデザインが使われているのには、こうした背景があったのです。

同店では、平成30年頃からは、店内でこの図柄をモチーフにしたTシャツを販売。「懐かしい」「この味で育った」と話す若者世代からも人気を集め、バッグなども展開。グッズを求め来店する人も少なくないそうです。「幅広い年代のお客様に親しまれ、従業員が喜んで動いてくれるのがありがたいね」と小林さん。その感謝の思いが込められているのも、同店の牛乳パンが愛される理由なのでしょう。



小林製菓舗の牛乳パンができるまで

- 生地作り**
毎朝4時半頃から仕込み開始。2種の発酵機を使い、寒い冬は長時間かけ発酵。
- 焼く**
最大9枚焼ける大型の窯を使い、196℃で11分間焼く。多いときは80枚焼くことも。
- 冷ます**
乾燥を防ぐサラダ油を表面に塗り、冬は30~45分、夏はクーラーを使い時間をかけて冷ます。
- 切る**
長い刃のパン切り包丁で上下が均等になるよう半分にカットできるのは手作業ならではの。
- クリームを塗る**
クリームの分量を量ってスパテラで均一に塗って、1枚の大きな牛乳パンを6等分にカット。
- 袋に詰める**
袋の縁にクリームを付けられないよう丁寧に詰め、封をして完成!10時半頃には店頭へ。