

白馬村 ミチノエキ ハクバ
道の駅 白馬

「はくばの豚」を使った肉料理に舌鼓
 白馬産のSPF豚がたっぷりの「はくばの行者にんにく焼豚丼」は、ご飯も白馬産コシヒカリを使用。大北地方産の玄そばを石臼挽きで自家製粉した手打ちそばもおすすめで、特産品の紫米おこわと野菜の天ぷらが付く。

〒北安曇郡白馬村神城21462-1 ☎0261-75-3880
 営業時間：11時～19時(18時30分LO) 売店：9時～19時
 休火曜(GW、7月中旬～10月はなし) 駐車場33台 図上信越道長野ICから車で約60分

PICK UP

「日本の棚田百選」に選ばれている白馬村青鬼地区で低農薬栽培された紫米。噛むほどに味わい深く、腹持ちが良いのも特長。「紫舞」(330円/150g、650円/450g、1,300円/1kg)

はくばの行者にんにく焼豚丼 1,000円

そば定食 1,100円

行者にんにくは春先に採れる山菜で、滋養強壮に効果的

山賊焼き定食 950円

みどのダムカレー 1,100円

信州産福味鶏(ふくみどり)をニンニク、ショウガの効いたタレで味付け。ほかにご飯、味噌汁、小鉢が付く

松本市 ミチノエキ フウケツノサト
道の駅 風穴の里

松本名物・山賊焼きが大人気
 自家製の「十割もりそば」(680円)や松本名物・山賊焼き、ボリューム満点の「みどのダムカレー」など、名物メニューが多数。えごまを使った商品をはじめ、地元産花豆を使った「花豆バター」など、お土産も充実している。

〒松本市安曇3528-1 ☎0263-94-2200
 営業時間：9時～14時 売店：9時～16時(土・日曜、祝日は～19時)
 休木曜(4月中旬～11月下旬はなし) 駐車場32台 図長野道松本ICから車で約30分

PICK UP

地元産のえごまを100%使った「えごまカステラ」(800円)は、生地にえごまが練り込んであるほか、表面にもまんべんなくえごまがまぶしてある。プチプチとした食感と風味が感じられる一品。

上田市 ウエダ ミチトカワノエキ オトギノサト
上田 道と川の駅 おとぎの里

ジビエバーガー & ジビエドッグに注目
 馬肉と鹿肉の合挽パティを上田産の米粉を使ったパンズでサンドした「馬鹿バーガー」に続いて、ジビエソーセージを挟んだ「ジビエドッグ」がこの春登場。夏は、川で泳ぐ鮎をつかみ取りする体験イベントが恒例となっている。

〒上田市小泉字塩田川原2575-2 ☎0268-75-0587 営業時間：9時～17時(馬鹿バーガーは10時～16時、食事オーダーは11時～16時) 売店・直売所：9時～17時
 休なし 駐車場66台 図上信越道坂城ICから車で約11分

PICK UP

甘酸っぱい味わいが人気の「蚕毒上田の桑の実ソフト」(350円)。桑の実や白桃、ナガノパープルなど、地域の果樹でつくる季節限定の「スムージー」(400円)も販売している。

うましか 馬鹿バーガー 550円

ジビエドッグ 価格未定

県内産「猪鹿鳥(いのしかちよう)」のソーセージを挟んだ3種類のドッグを、外売店で4月から販売予定(土・日曜、祝日限定)

馬か井 1,130円

やわらかく煮込んだ馬肉と馬肉入りのコロッケをトッピング!

飯島町 ハナノサト イイジマ
道の駅 花の里 いいじま

馬肉を使った名物メニューが推し!
 ステーキ用の馬肉を甘辛く煮た「馬か井」ややわらかな馬肉をトッピングした「馬肉そば」(1,080円)など、地元で人気の馬肉を使った料理が楽しめる。駅内には花ショップがあり、四季の花々を購入することも可能。

〒上伊那郡飯島町七久保2252 ☎0265-86-6580 営業時間：10時30分～17時(月・火曜は～14時) テイクアウト売店：10時～17時(11月～3月は～16時) アップルパイ・ラボ：9時～16時 直売所：9時～18時(11月～3月は～17時30分) 休なし(テイクアウト売店のみ11月～3月は火曜) 駐車場40台 図中央道駒ヶ根ICから車で約15分

すがかわ法印そば 850円

つなぎにオオヤマボクシ(山ごぼう)を使ったご当地そば。土・日曜、祝日25食限定で販売

山ノ内町 ミチノエキ キタシンジュウヤマノウチ
道の駅 北信州やまのうち

名物はコシの強いご当地そば
 土・日曜、祝日にお目見えするご当地の味「すがかわ法印そば」が食堂の名物。地元の搾りたて牛乳でつくる「なめらか温泉プリン」(380円)や「信州リンゴのキャラメルプリン」(400円)、「季節のフルーツプリン」(450円)も大好評!

〒下高井郡山ノ内町佐野393-2 ☎0269-31-1008
 営業時間：11時～16時(そば類は～15時30分) 売店：8時30分～18時 直売所：土・日・月曜、祝日9時30分～17時 ※4/10(土)～は毎日営業～16時 休なし(臨時休業あり) 駐車場85台 図上信越道中野ICから車で約15分

RECOMMEND
名物グルメ
道の駅

その土地ならではの味を楽しむのも、ドライブの醍醐味のひとつ。そばやジビエなど、名物グルメを目指してお出掛けするのも楽しいかも。食後のご当地スイーツも忘れずに!

いろいろな市町村の名物グルメを制覇しちゃおうぞ～!

里わカレー(レトルト) 500円

里わカレー 850円

旬野菜がゴロゴロ入ったスパイシーなカレー。レンジで2分で食べられるレトルトも人気

飯山市 ミチノエキ ハナノエキ チクマガウ
道の駅 花の駅 千曲川

飯山を丸ごと味わえるメニューが充実
 信州産福味鶏と地元野菜を使った「里わカレー」や、「菜の花みゆき卵」を使った「たまごかけごはん」(500円)など、飯山産にこだわった名物メニューがそろそろ。ショーケースには市内菓子店の和洋菓子が並ぶ。

〒飯山市常盤7425 ☎0269-62-1887 営業時間：7時30分～17時(16時30分LO) 観光情報・売店：9時～18時(12月～3月は～17時) 直売所：8時～18時(12月～3月は～17時) 売店・カフェ：第2木曜(12月～3月は木曜) 直売所：なし(1月～3月は木曜) 駐車場96台 図上信越道飯山ICから車で約15分

PICK UP

ここでしか味わえないご当地ソフト「スノーキャロットソフトクリーム」(380円)。冬の間、雪の下でじっくり氷温熟成させたスノーキャロット(雪下人参)は、まるでフルーツのような甘み!