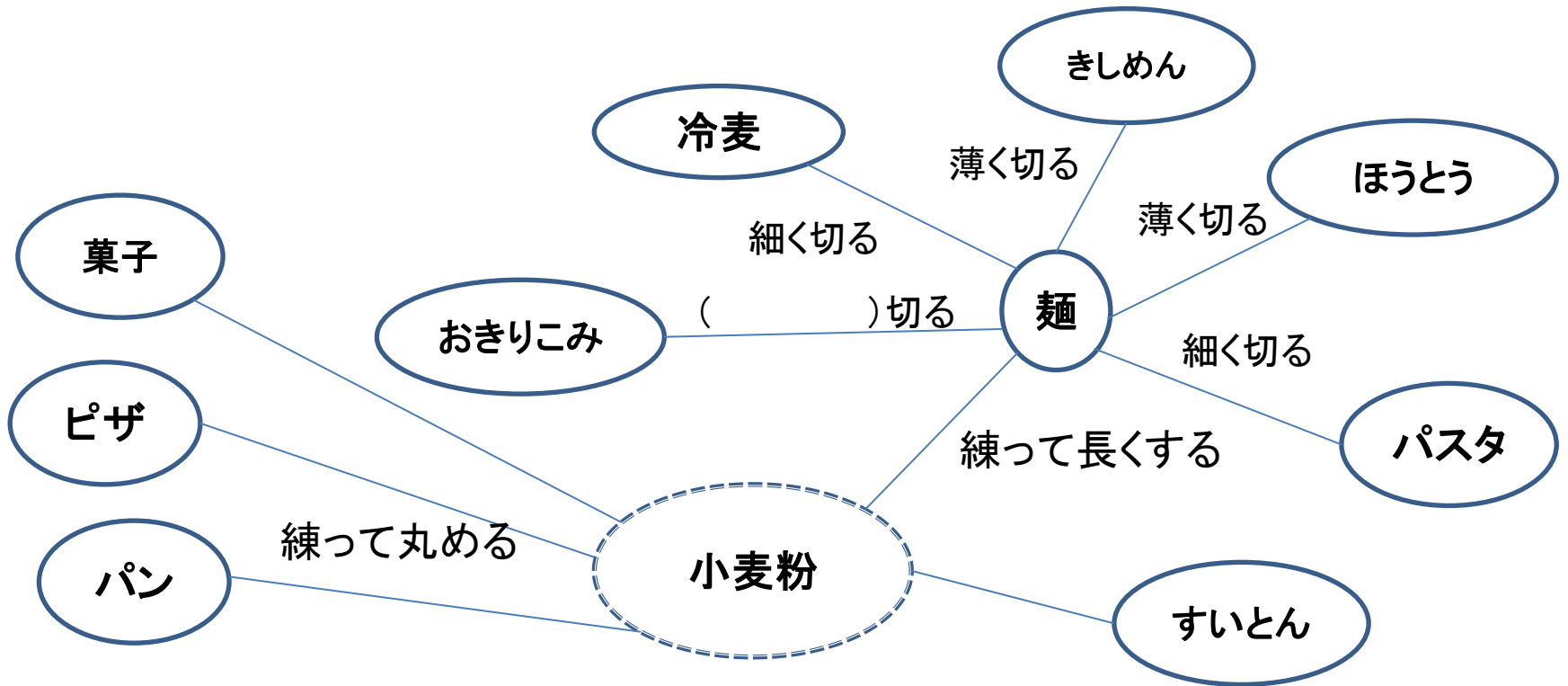


うどん打ち

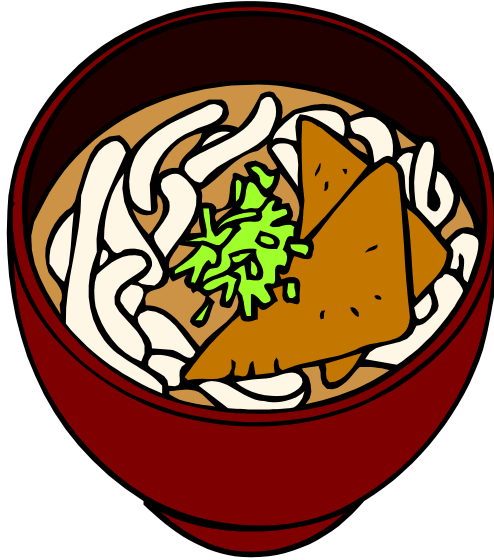
平成26年度 定期総会后BUC資料

うどんのなかま



54種類.手軽な庶民食、米食の代用食として、また、祝い事に際して振る舞われる「ハレ」の食物として、古くから日本全国で食べられてきた。地域によって、調理法や具材が違っている.現在は、乾麺、カップ麺等が流通している.(ウィキペディア参照)

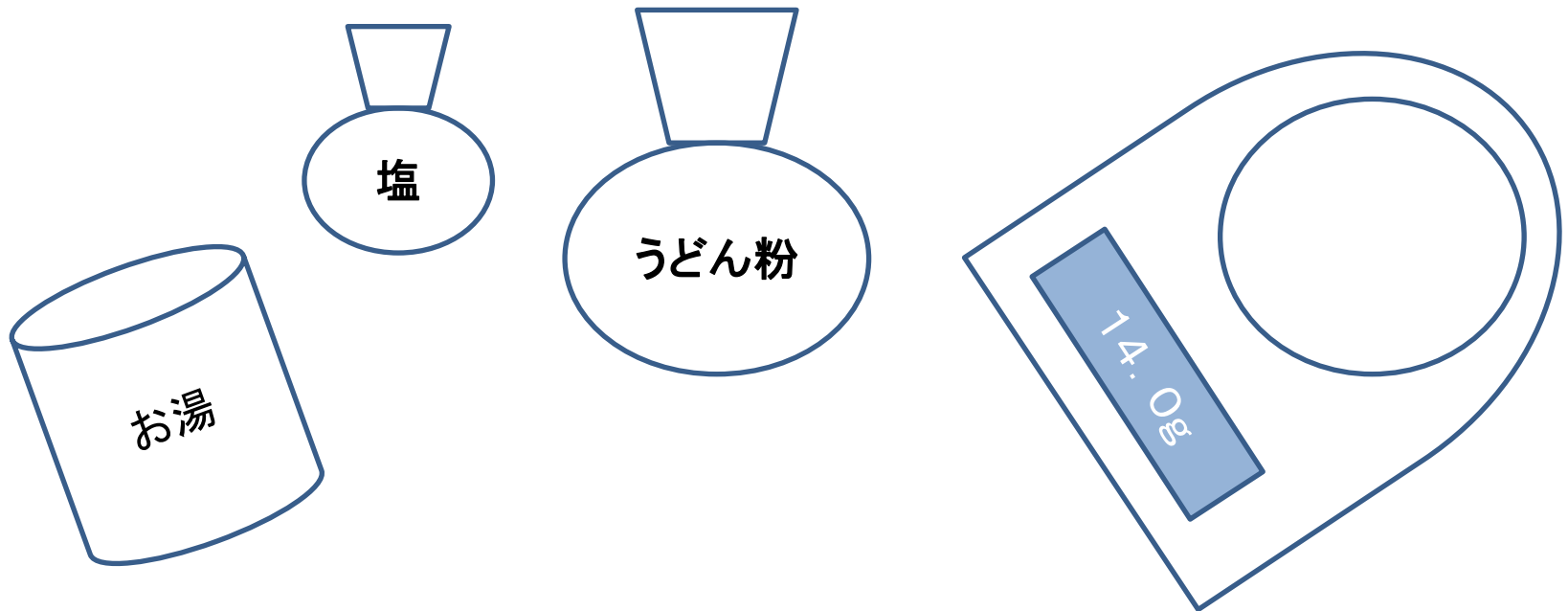
行程



はかる→こねる(お湯)→ねかす(1時間)
ふむ(最後は広げる)→のばす→たたむ
→きる→ゆでる

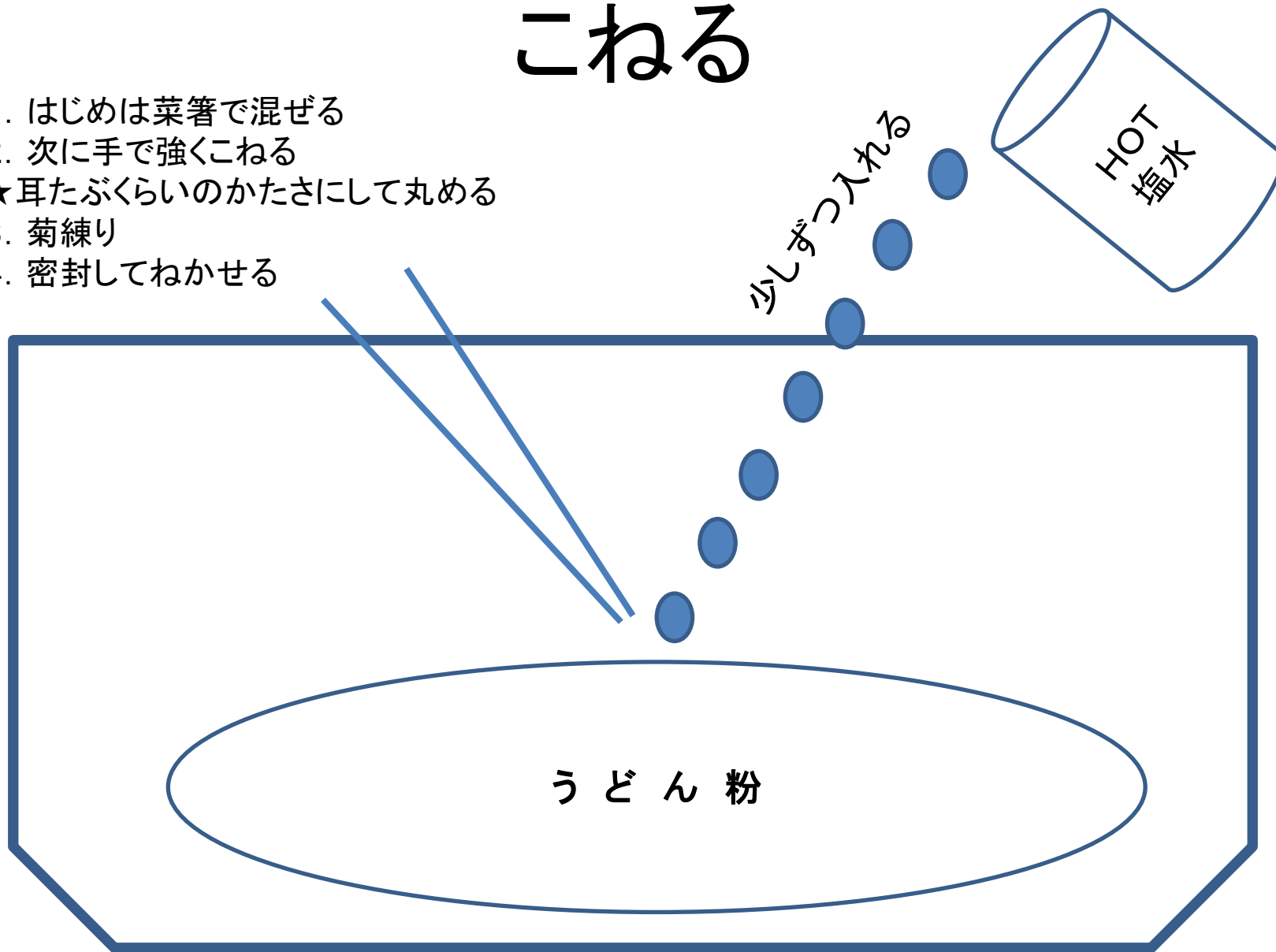
はかる

- うどん粉(500g)
- お湯(220g 粉に対して45%)
- 塩(大さじ1)



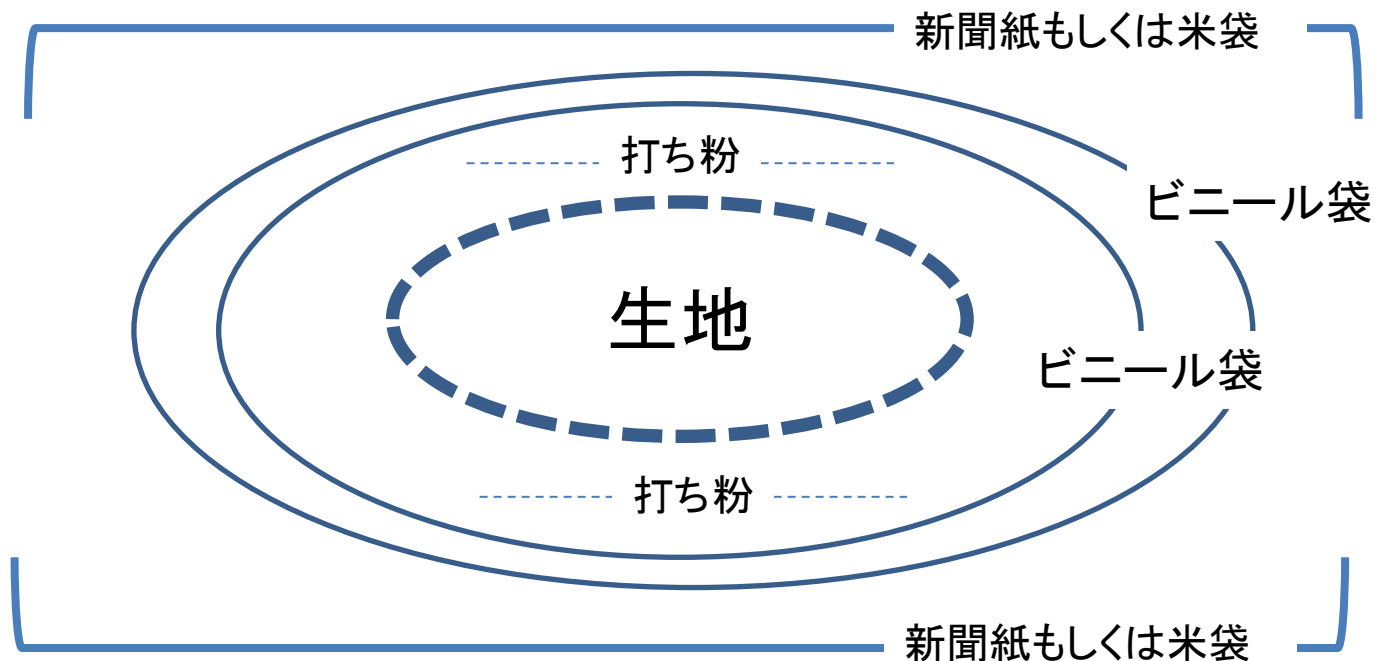
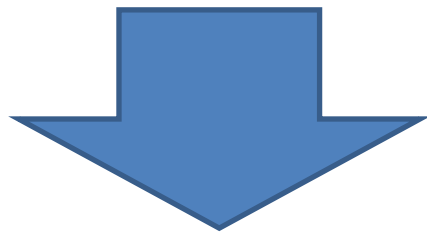
こねる

1. はじめは菜箸で混ぜる
2. 次に手で強くこねる
- ★耳たぶくらいのかたさにして丸める
3. 菊練り
4. 密封してねかせる



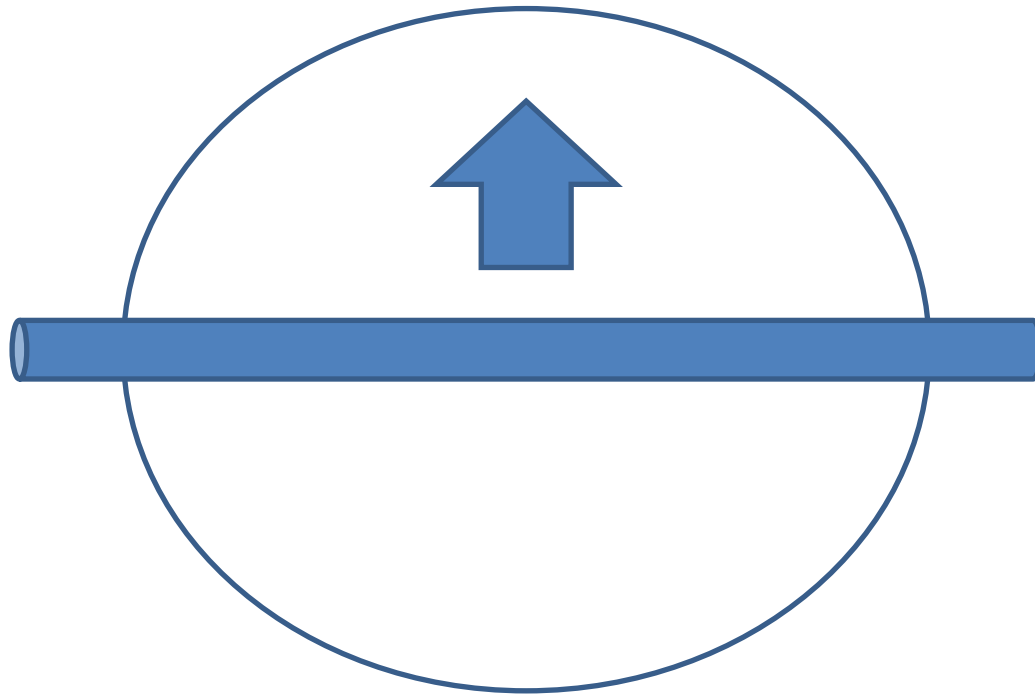
ふむ

1. 踏む(1回目)
2. 裏返し→巻く→打ち粉
3. 踏む(2回目)
4. 裏返し→巻く→打ち粉
5. 踏む(3回目)
6. 菊練り
7. 踏む(4回目)



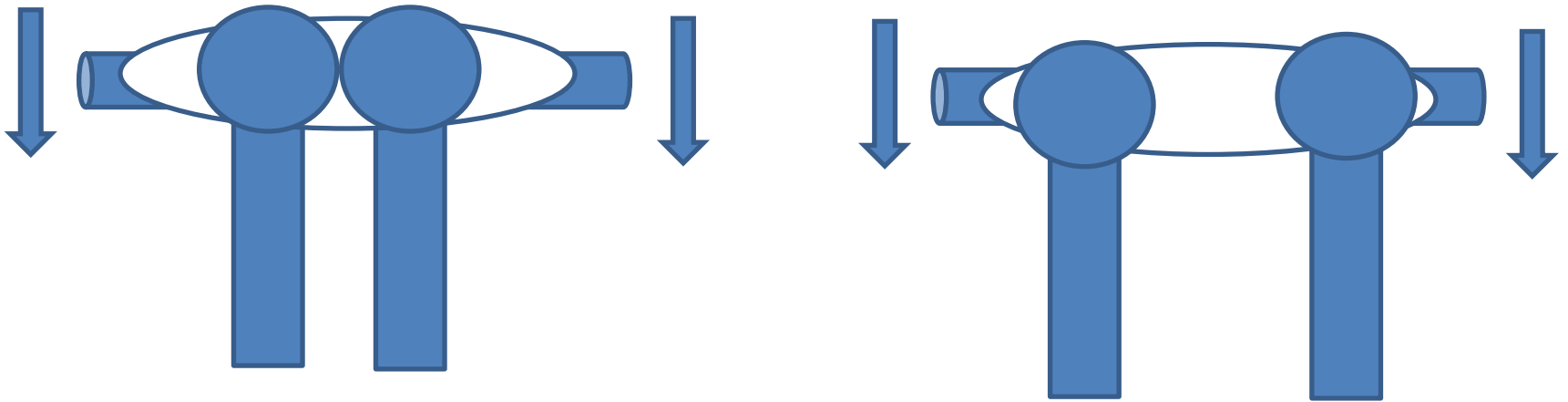
のばす1

中心から12時 3時 6時 9時を順に伸ばす(裏返しても伸ばす)



のばす2

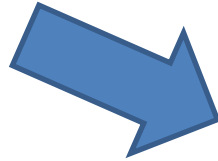
「両手をつけて引く」 → 「もどす」 → 「両手を離して引く」



10回引いたら、裏返しにして違う方向で引く
3mm程度の厚さまで伸ばす

たたむ

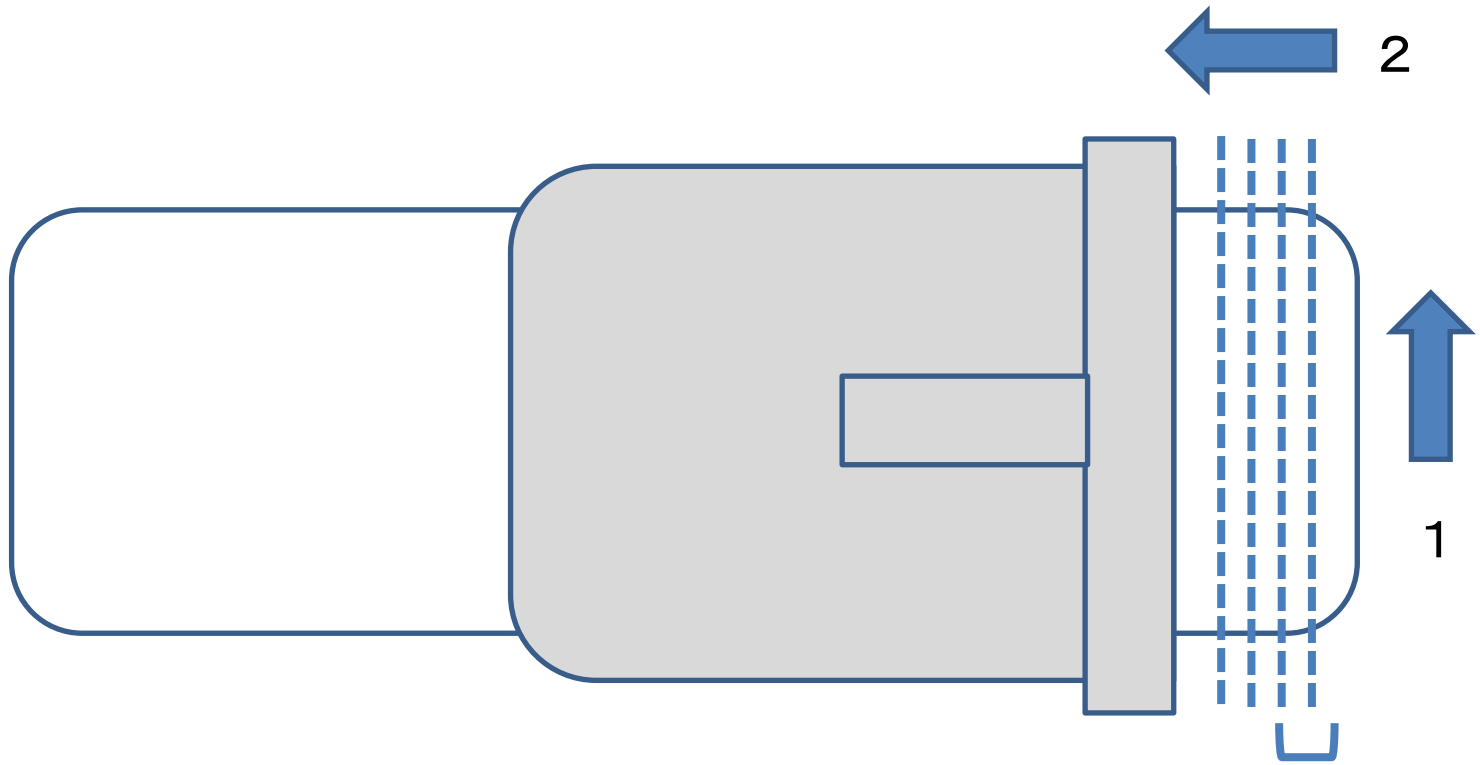
びょうぶ状にたたむ(間に打ち粉を入れる)



打ち粉

きる

包丁で上から下へ真っ直ぐに切る。切ったら包丁でこま板をずらす



10cm位切ったら、切ったところを持ち、麺をふりたたき、別のところへ置く

2mm

ゆでる

- ふっとうしたたっぷりのお湯に麺を入れる
- 浮かんできたらすくう
- 手打ち麺は市販の麺より脆い（かき混ぜすぎないようにする）
- 少しのやわらかいなと思っても、流水でしめることができる