

# 手作うどん 作り方

## 生地作り



①

別表を参考に小麦粉と食塩水の分量を計り、食塩水を少しずつ小麦粉に加える。一滴も残さないよう



②

両手で上から軽くつまむように混ぜる。指に粉がくっついていても気にせず、混ぜましょう。



③

ボールの中でそぼろ状態に混ぜた粉をまとめていく。



④

ある程度まとまった生地をビニル袋に入れ、新聞紙に挟んで足のかかとで中心から外に向けて踏み込みます。伸ばした生地をたたんでまた踏み込みます。5回くらい繰り返すと、生地の色や匂いが変わってきます。



⑤

最後に生地を丸くまとめて完成です。この状態で30分～1時間くらい寝かせるとコシのある生地になります。

### ※生地の硬さについて

生地は硬めの方が、後でおいしいうどんができます。余りにも柔らかいと、コシのないすいとんのようなうどんになってしまいます。また、硬すぎて、どうしても生地がまとまりそうにないときは、水を少しだけ加えてみましょう。少しまとまりやすくなります。これはあくまで最後の手段です。水や粉や塩の分量をきちんと計ることが何よりも大切です。

## のばして切る



⑥

生地とのし板にしっかり打ち粉をして、麺棒で伸ばします。かなり力のいる作業です。友達と交代しながら頑張りましょう。



⑦

四角に伸ばしていきます。生地の最終的な厚みは3mm程度です。均一に伸ばしましょう。



⑧

12cmぐらいの幅で屏風折りにします。その際、間にしっかり打ち粉をしましょう。打ち粉が少ないと生地同士がくっついてしまい、団子になってしまいます。



⑨

3mm程度の幅で切りましょう。生地をおさえるような感覚で切っていきます。



⑩

切ったうどんを一本づつ麺棒に掛けてお互いがくっつかないように気をつけましょう。

二枚目に続く