

うどん～2

○ 伝承料理のいわれ

子供の頃、お祭り、お盆、彼岸等の行事には欠かせない料理でした。夏は「冷や汁うどん」、冬は野菜たっぷりの「煮込みうどん」にします。

< 材 料 >

小麦粉（地粉）	1 k g
（塩水）	
水	4 5 0 c c
塩	3 0 ～ 4 0 g

< 作り方 > 4人分

- 1 小麦粉に塩水を少しづつ加え混ぜ、耳たぶの硬さほどまで、十分こねてまとめる。
- 2 生地に良くこしが出るように、「ぬれぶきん」をかけてねかせる。（夏：1～2時間、冬：3～4時間）
- 3 のし板の上に粉をふり、生地をのせ、生地の上に粉をふり、布をかけ足でふむ。
- 4 少し広がった生地は、粉をふったのし板の上にのせ、生地に打粉をして麺棒に巻きつけ、手前から上へと転がし、上下と押し伸ばし円形になるように平均にのばす。
- 5 のし板の上に粉をふり、生地を2～3mm位の厚さまでのばし、びょうぶだたみにして、端から細く切る。
- 6 たっぷりの湯の中に、麺をパラパラ入れ固まらないように軽くはしで上にほぐす。一度沸騰したら、こぼれないように「さし水」をし、更に沸騰したら火を弱め、麺の中心が透明になったら、麺を水の中に入れる。
- 7 少しづつ流し水をしながら、両手の平で麺をもみ、こすり、粉を取除き、表面がつるつるになったら、ザルにあげ水切りをする。

