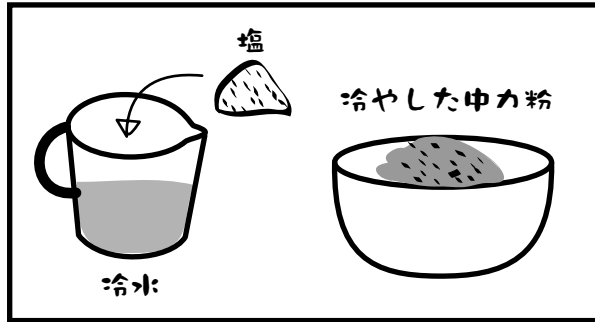


手打ちうどん

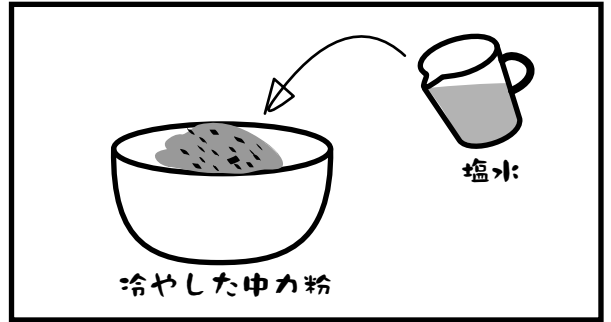
材料 (5人分)
中力粉 500g
塩 20g
冷水 220cc



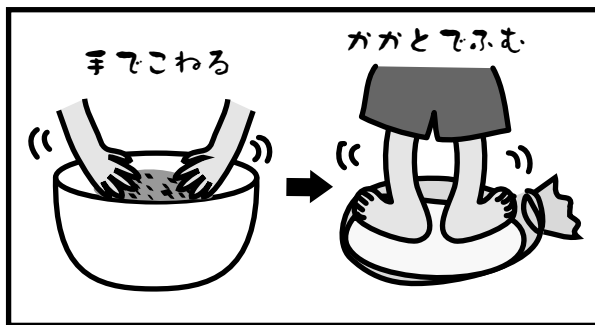
©渥美町郷土資料館2004民俗
平成16年7月27日(火)



1 冷水に塩を加え、完全に溶かす。冷凍庫で3時間ほど冷やした粉をボウルにふるい入れる。



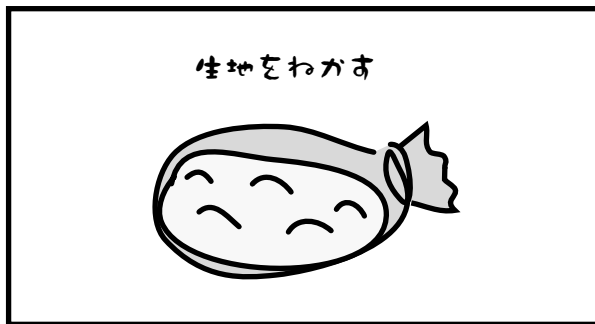
2 塩水を3~4回に分けて粉に加えたら、粉っぽさがなくなるまで混ぜる。



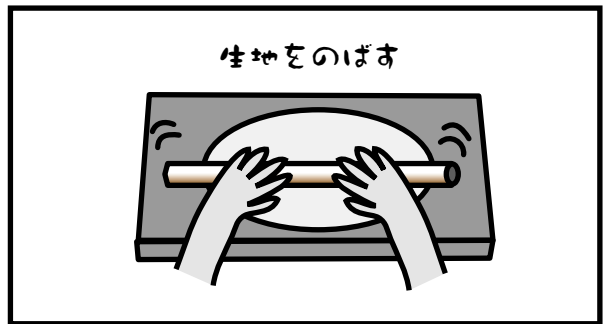
3 両手で10分間こねたら、丸めてビニール袋に生地を入れ、かかとで平らになるまでふむ。



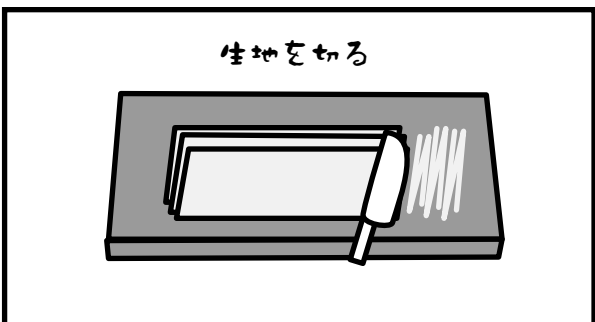
4 生地を折りたたみ、さらにまんべんなくふむ。これを5~6回くり返すことで、コシを出す。



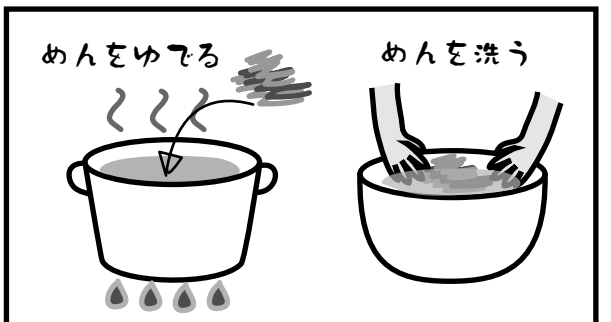
5 耳たぶほどの柔らかさになったら、夏場は1時間、冬場は3時間ほど生地をねかす。



6 打ち台と生地に打ち粉(薄力粉)をし、めん棒で平均にのばす。たて横にのばし、2mmの厚さまでのばす。



7 生地に打ち粉をして、びょうぶだたみにする。生地进行を3mm幅に切り分けて、くつつかないように手でほぐす。



8 たつぷりの湯にめんを入れ、混ぜながら芯がなくなるまでゆでる。氷水の中で、よくみ洗いして、ぬめりを取ったら、ザルに上げて水を切り完成。