



うどんを打ちます。
蕎麦と違い、簡単です。

材料は
小麦粉(強力粉)1kg 今回はカメラア
水 400cc 塩 50g の塩水を作っておく。
けっこうな塩の量にビビりますが、茹でるときに出
て行きますから心配なく。



数回に分けて塩水を回し入れ、よくかき混ぜます。
グルテンがつながって繊維状にまとまってきます。
粉っぽいところが無いようにまんべんなくかき混ぜ
ます。

全体に均等に水が回ったら捏ねます。
力いっぱいがかまいません。
体重を乗せて前に押し出し、それを内側に畳み入
れてまた押し出すように捏ねていきます。
だんだんしっとりしてきますが、まだまだボソボソ感
があります。



丸いボールの形にまとめます。
このときはポロポロする感じでかまいません。



ラップにくるみ 30 分ほど寝かせます。
球に水が馴染み、しっとりしてきます



ビニール袋などを使って足で踏みます。



伸ばしたらたたんで、また踏んで伸ばす。
これを繰り返します。



足のへりで力強く踏んでいきますが、踏んだだけでひび割れてしまうようでしたら加減します。

後で伸して切ることを考え、長方形の仕上がりになるように踏むと良いと思います。



踏んだ生地をラップでくるみ、また寝かせます。
時間的には夏場で3~4時間
冬場で半日ぐらい。

うどんはすぐには食べられないのです。
(蕎麦は30分で麺になる)

寝かせて踏むことを繰り返すのも可です。



麺棒で伸していきます。
蕎麦と違い、なかなか伸びてくれないので体重を上からかけて踏みつけていく感じです。



なるべく均等な厚さに、四角い形に伸ばします。
お好みですが、厚さ2~3ミリまで伸ばします。

きれいな四角であるほど切ったときに無駄な切れ端が出ません。

打ち粉は片栗粉を使います。



包丁の幅を考え、今回は下から上へ折り畳みます。

まな板に載せ、駒板を使って均等な太さに切っていきます。
ゆであがり時には倍近い太さになることを考慮します。
切ったばかりの麺は切り口がすぐくっついてしまうので一本一本はがすようにしてまとめます。

茹で時間は9~13分、太いほど時間がかかります。
茹でたら水洗いして氷水で締めるといいコシが出ます。

Yamada

