

手作りうどんの作り方



材料(大人1人分)

•小麦粉 100g (薄力粉)



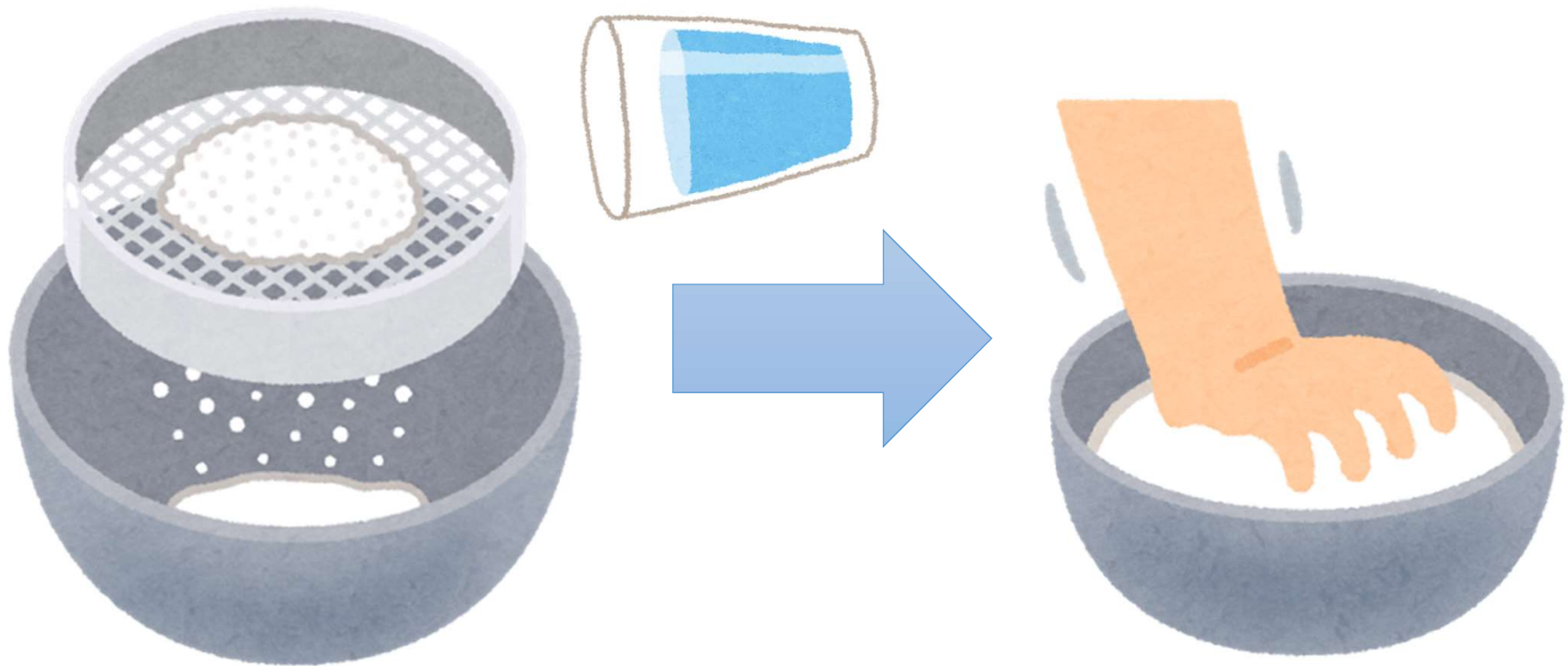
•食塩 5g

•水 45ml

} 塩水にする



- ① ボウルに小麦粉を入れ、
塩水を少しずつ足しながらよく混ぜる。



② まとまりがでたら、生地を袋に入れ、
足で踏む。



広がってきたら、折りたたんで
踏むを5回程度繰り返します

③ 生地を袋から取り出し、めん棒で伸ばす。

生地がくっつかないように
片栗粉をまぶすと伸ばし
やすいです



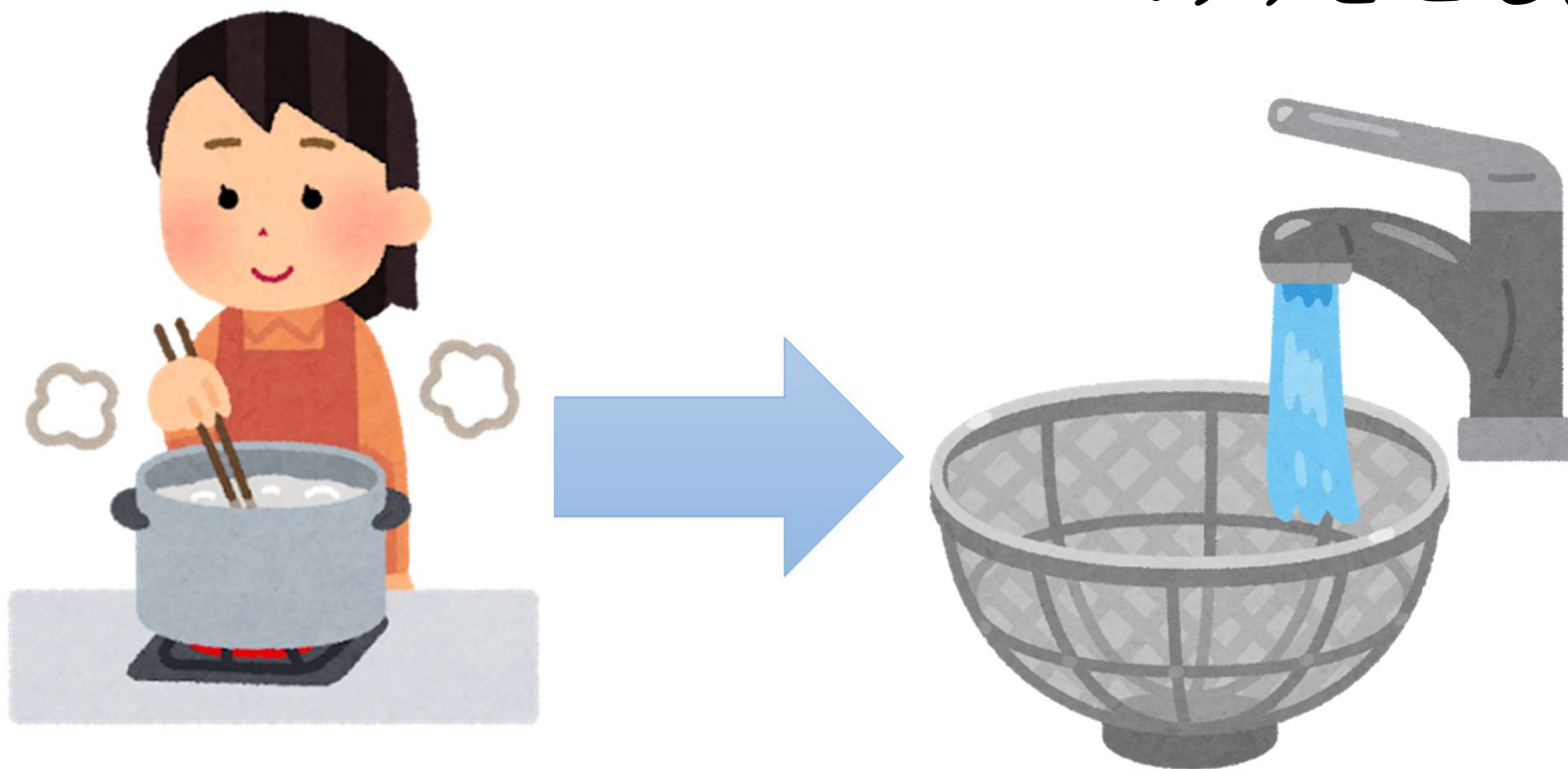
生地は30分程度ねかせてから
伸ばしてもよいです

④ 伸ばした生地を折りたたんで切る。



⑤ ゆでて、ザルにあげ、水で洗い

ぬめりをとる。



⑥ 盛り付けて、うどんの完成。

