

# うどん生地作り

12月23日(火) 15:30 ~ 17:00

ざいりょう ちゅうりき こ しお みず こむぎ こ う こ  
**材料:中力粉、塩、水、小麦粉(打ち粉)**

こうてい きじづくり  
**工程:生地作り**

①ボールに塩と水を入れ、よくとかし塩水を作る



②中力粉に半分の塩水を入れませ、残り半分の塩水を入れ、そぼろ  
じょう ま  
状になるまで混ぜる



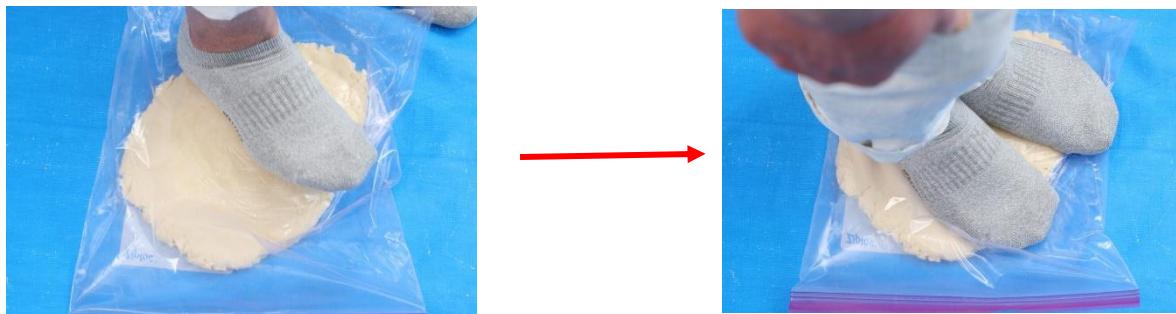
③生地がこぼれないようボールの中で丸めて、  
ジッパーに入れる



## ふ こうてい 踏む工程

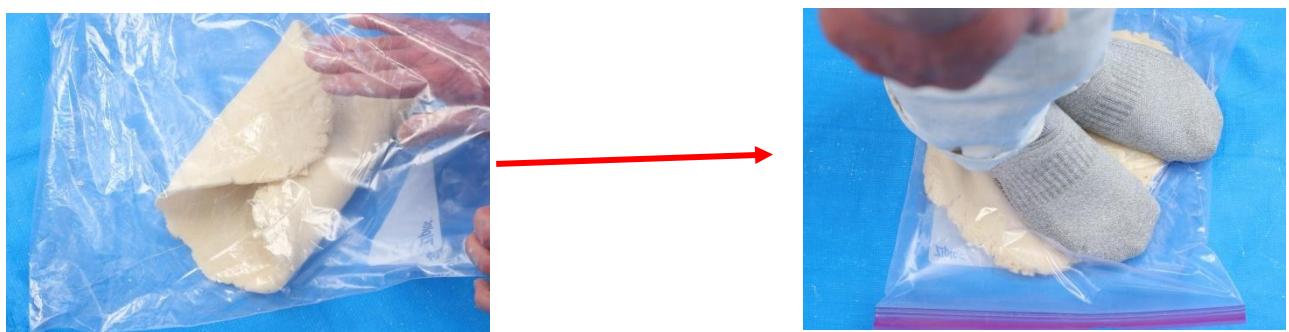
④ 生地を広げやすいよう、ジッパーの中央に置きます。

かたあし き じ ひろ たいじゅう ふ  
片足で生地を広げ、体重をかけて踏みます



ひょうめん ふたた ふむ  
⑤ 表面がツルツルになったらたたみ、再び踏む。

き じ の かい く かえ  
これを生地が伸びなくなるまで、5~6回繰り返す。



ちょつけい ふくろ くち と れいぞうこ  
⑥ 直径25~30cmになつたら、袋の口を閉じて冷蔵庫

い ね き じ かんせい  
入れて寝かせて生地の完成

