

うどん生地作り

7月 29 日(水) 13:00 ~ 14:45

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溶かし塩水を作る



- ② 中力粉に半量の塩水を入れまぜ、残り半分塩水を入れ
そぼろ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 ^き ^じ ^{ひろ} 生地を広げやすいよう、^{ちゅうおう} ^お ジッパーの中央に置きます。

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



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

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



- ⑥ ^{ちよつがい} 直径25～30cm になったら、^{ふくろ} ^{くち} ^と 袋の口を閉じて^{れいぞうこ} 冷蔵庫

^い ^ね 入れて寝かせて^き ^じ ^{かんせい} 生地の完成

