

# うどんの作り方



## < 材料(4人分) >

小麦粉(中力粉)・・・400g(カップ4)  
塩・・・15g(大さじ1)  
水・・・170ml  
打ち粉・・・適宜



< 準備するもの >  
ボウル  
麺棒  
包丁

生地をねかす  
のがコツだよ



1. 塩を水に溶かす。



2. 小麦粉をボウルの中に入れ、塩水を少量ずつ入れながら混ぜる。



3. こねる・こねる・こねる……



4. まとまってきたら、ビニール袋の中に入れ、1時間ほどねかす。



5. 再びこね、さらに30分ほどねかす。



6. 台や生地に打ち粉をし、麺棒で3mmぐらいの厚さに伸ばす。

7. 折りたたんで切る。



8. たっぷりのお湯(5Lぐらい)で25分ほど(お好みで調節)ゆで、水を切り、冷水でよくぬめりを落とす。

9. お好みのつゆでお召し上がりください。

