

手打ちうどん

由来 秩父では昔から小麦栽培が盛んです。その小麦粉を使った手打ちうどんは冠婚葬祭をはじめ、各種の行事に欠かせないものです。日常食としても広く食され受け継がれています。

材料（4人分）小麦粉 500g
塩 10g
水 200g
打ち粉 適量

作り方

- ① 小麦粉をこね鉢に入れ、水と塩を合わせた食塩水を加え、初めは粉をゆっくりと持ち上げるようにして静かに粉と水を合わせる。底の方から粉を持ち上げゆっくりと落とす要領で続けます。こうすると、粉と水がよく合わさり、パラパラの状態になります。これを水まわしといいます。
- ② 耳たぶの硬さになったら、体重を掛け、力を入れて生地を押し固め、約2時間ねかせます。
- ③ 麺板に麺棒を使って3～4mmの厚さに均等に延ばします。このとき打ち粉を十分に使うようにします。
- ④ 平らになった生地をびょうぶだたみにして、包丁で3～4mmの幅に切り、切った麺をほぐして打ち粉をよく払い落とします。
- ⑤ 沸騰した多めの湯に麺をほぐしながら入れ、8～12分ゆで、麺が透きとおるようになったら、湯から出してすぐ水洗いします。

