



高梁市松原町

## POINT ポイント

- 手打ちうどんは、強力粉を使う。

### 【材料・分量 / 8～10人分】

#### 【うどん】

うどんの粉（強力粉）…… 1kg  
 塩水  
 〔 水 …… 500cc（カップ2と1/2）  
   塩 …… 大さじ5  
 打ち粉（うどんの粉）…… 少々

#### 【かけ汁】

豆腐 …… 1丁  
 にんじん …… 小1本  
 椎茸 …… 5枚  
 ごぼう …… 1本  
 油揚げ …… 1枚  
 ちくわ …… 1本  
 ネギ …… 1本  
 出し汁 …… 5カップ  
 油 …… 大さじ2  
 調味料（しょう油・塩・みりん）

麺棒・うち板（なければまな板）・  
 包丁・ビニール袋・厚手ポリ袋・  
 ござを使います

### 【作り方】

#### 【うどん】

- ① 口の広いボウルにうどん粉を入れ、フレーク状になるように塩水を少しずつ2～3回に分けて入れる。（塩水は入れすぎないように気をつけること。）ほどよい具合になったら、よくねりあわせる。（硬めに仕上げたい場合は、420cc程度の塩水）
- ② ①に濡れふきんを掛けて、夏（冬の場合はこたつを利用）2～3時間ねかせる。
- ③ 生地を厚手ポリ袋に入れ、ござの上に置き上から足で外にふみだすように、かかとに力を入れよくふむ。平らになったらまた丸めてふむ。それを3～4回くりかえす。
- ④ 麺棒やうち板にうち粉をして生地をおき、麺棒でのばす。厚さ3mmくらいに伸ばし、まな板の上に7cmくらいの幅の屏風たたみにする。
- ⑤ 包丁で3～5mmの幅に切る。うち粉をふっておくとよい。
- ⑥ たっぶりの湯にさばきながら落とし、かたまらないようにまぜる。
- ⑦ 沸騰したらコップ1杯くらいの水を入れることを3回くりかえす。
- ⑧ うどんの中まで透き通ったらゆであがり。（20分くらいかかる）
- ⑨ 流水の中で、もみ洗いをしてぬめりをとる。

#### 【かけ汁】

- ① にんじんはいちょう切り、椎茸は千切り、ごぼうはささがき、油揚げは小さめの拍子切り、ちくわはいちょう切りにする。豆腐は水気を切る。
- ② 鍋に油を熱して、豆腐、ネギ以外のその他の具を順に炒めてから、出し汁を加え、塩、しょう油で調味し、ネギを入れる。
- ③ うどん皿にうどんを盛り、具をたっぶりのせて汁をかける。

昔、水田が少ない地域では、米は小作米として納めなければならず、農家といえども不足がちでした。食べ物が豊富でなかった時代、うどんは米に次いで主食とされていました。祭や各種の行事のごちそうとして、今も必ず手打ちうどんを作ります。写真は天かす、ワカメ、かまぼこ、ねぎをのせていますが、普段は時季の野菜や豆腐でかけ汁をつくり、うどんにかけていただきます。