

## 4月26日 Zoomでうどん作り <参加者準備用>

### 麺の材料(2~3人分)

中力粉 … 300g

水 … 140g

塩 … 15g

打ち粉(なければ中力粉)…適量

### だしの材料

水 … 1500g

いりこ … 20g

昆布 … 15g

削り節 … 45g

花かつお(あれば) … 15g

### <かえし>

うすくち醤油 … 180cc

本みりん … 20cc

三温糖 … 24g

### 道具

大きめのボウル

麺棒

厚手のビニール袋(足踏み用)

はかり

大きめの包丁

まな板

大きめの鍋(麺茹で用)

深めの鍋(だし作り用)

ざる

### 薬味

しょうが、ねぎ、すりごま、わかめ、かまぼこ、きつね(あげ)など、お好みでご用意ください。

### 事前準備

麺を作る前日に、水140gに塩15gを溶かして塩水を作っておく。

<もし余裕があれば…>

### かえしを作る

- ①本みりんを中火で煮立て、アルコールを飛ばす。(煮切り)
- ②三温糖を加えて溶かす。
- ③うすくち醤油を加えて30分弱火にかけ、火を止めて冷ます。  
(70℃~80℃を保ち、ぜったいに沸騰させない)  
※水分が入らないように気をつけてください。