

麦切りの粉

【手打ち麦切りの作り方】

■材料(約5食分)

麦切りの粉 1袋(525g) 水 300cc

■用意する物

大きめのボール 計量カップ 打ち粉(家庭の場合は片栗粉)
麺打ちに使用できる道具(ビニールシート・のし棒・包丁)など

■作り方

- ① 麦切りの粉を大きめのボールに入れ、良くかき混ぜておきます。
 - ② 粉の真ん中にボールの底が見えるように大きなくぼみを作ります。
 - ③ ②のくぼみに水300ccのうち7割～8割を入れ、丁寧に周りから粉を崩しながら全体を手早くかき混ぜます。
 - ④ しばらくかき混ぜ、粉と水が混ざりまとまってきたら、残りの水を全体に回しがけするように入れ、生地をよくこねます。
 - ⑤ 手についた粉も取り除きながら生地を1つにまとめて玉にします。(ボールの底を転がすようにして玉にするとやりやすいです)
 - ⑥ 空気に触れないようにラップで玉を丁寧にくるみ、そのまま10分ほど寝かせます。
 - ⑦ のし板(家庭の場合はビニールシートなど)の上でお好みの大きさ、厚みにのした後、生地をたたんで打ち粉をたっぷりしてから包丁で切ります。
- ※ 生地をたたむ時は、生地と生地の間にも打ち粉をたっぷりします。
※ 出来上がった麦切りを保存する場合は、乾燥させないように1食ずつラップにしっかりくるみ、冷蔵庫に入れてください。

【手打ち麦切りの茹で方】

■茹で時間の目安

麺が細い・生地が薄い場合は1分程度 ～ 麺が太い・生地が厚い場合は3分程度

■茹で方

- ① 大きな鍋にたっぷりとお湯を沸かします。
- ② 沸騰したら、軽くほぐした麦切りを1食分入れて茹でます。(吹きこぼれないように火力調整・差し水などをしてください)
- ③ 茹であがったら、麦切りをざるにあげ、水洗いし、冷水にさらして麺を引き締めます。
- ④ 水切りをした後、お好みのつゆでお召し上がりください。

■注意点

- ※ 切れやすいので必ず1食ずつ茹でてください。
※ 続けて茹でる場合は、お湯がどろどろにならないようにお湯を入れ替えるなどしてください。
※ 温かくして召し上がることはおすすめしておりません。