

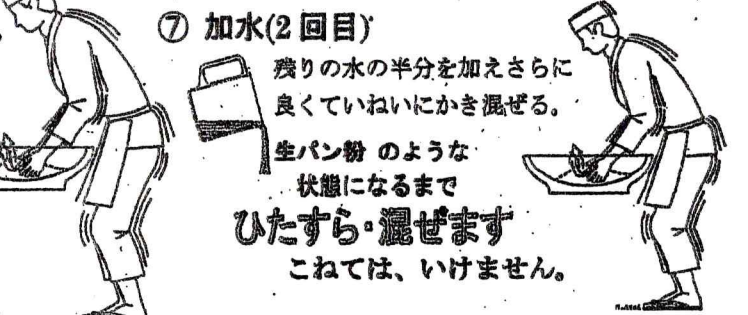
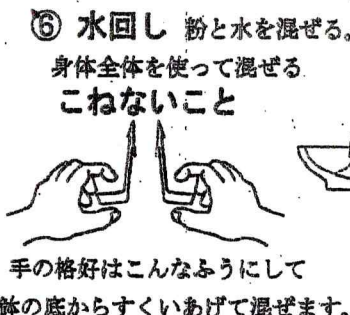
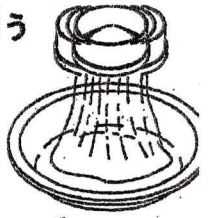


② 粉の用意(二八の場合)

粉の量	1kg
そば粉	800g
小麦粉	200g

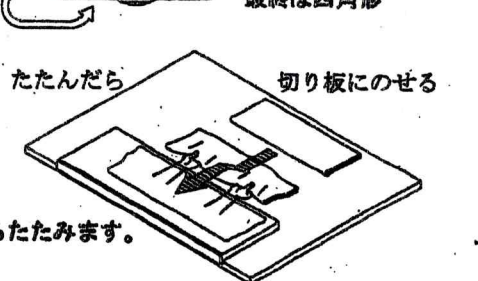
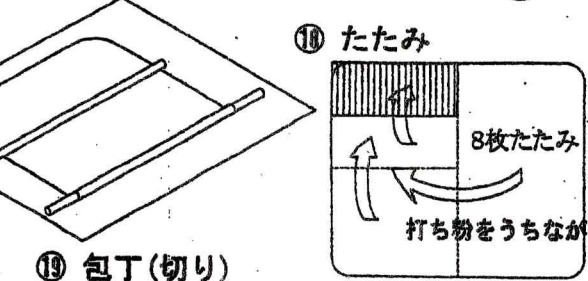
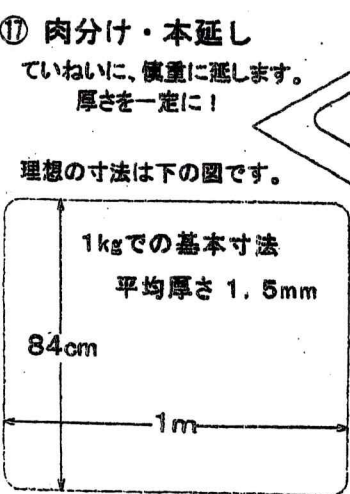
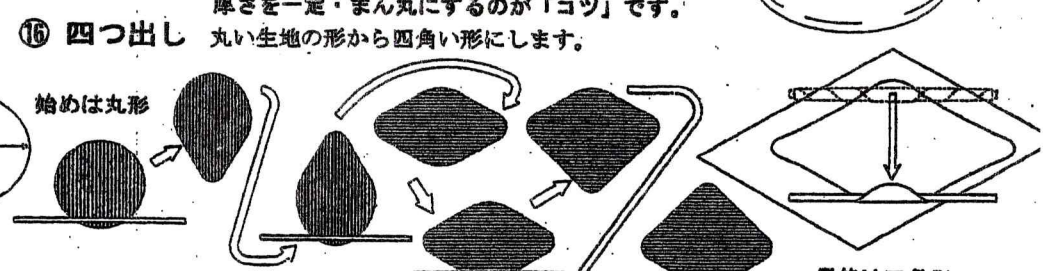
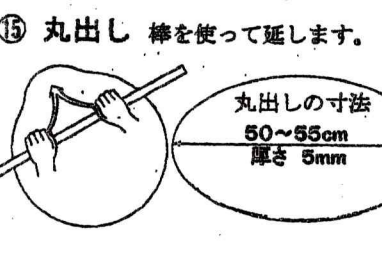
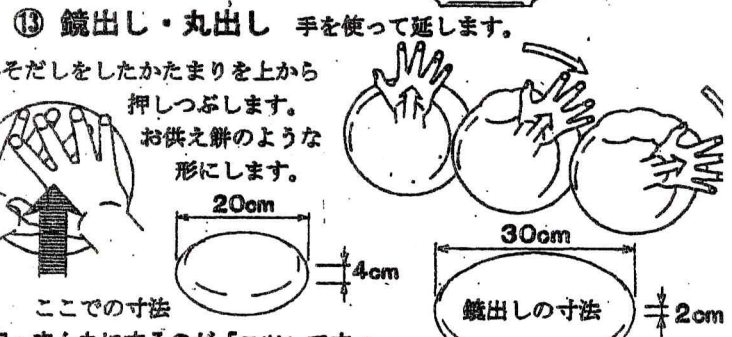
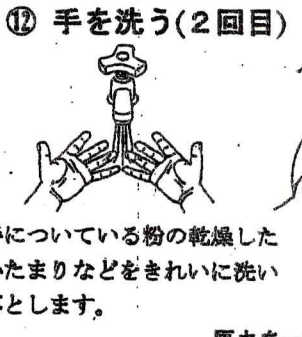
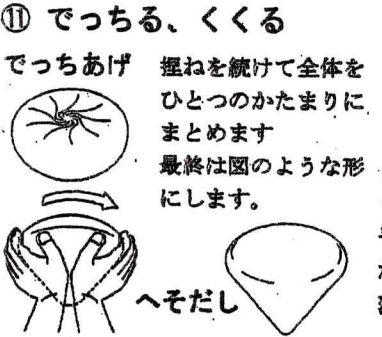
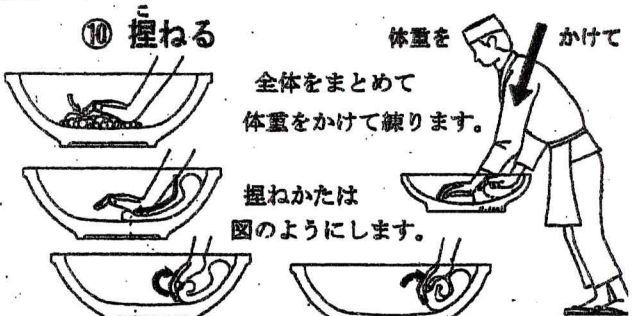
③ 水の用意(天然水)

粉の量の	約半分
粉の量	1kg
水の量	500g



⑨ 水回し・仕上げ

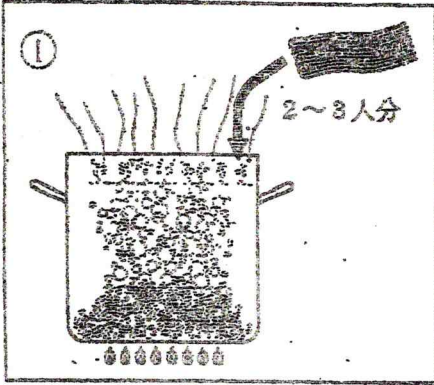
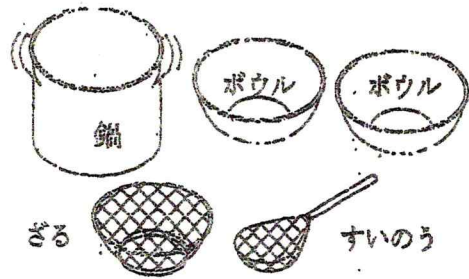
更に、ていねいに混ぜていくと
大きなかたまりになります。
* ピンポン玉くらいのかたまりが
たくさん出来れば、大成功!
水回しが完全に出ていれば、
自然にまとまるので
混ぜつつけるのが「コツ」です。



江戸流の蕎麦は細切り

本格的な蕎麦の茹で方

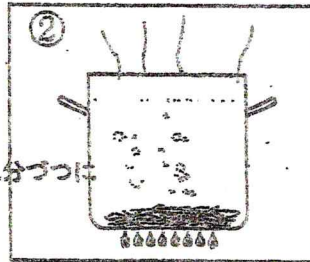
右の図のような、なるべく火きな〔鍋〕ボウル ざる すいのう等があればベストですが、なければ代わりのものでかまいません。



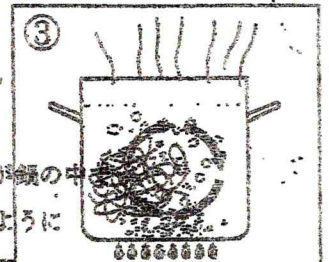
- ① 鍋にたっぷりの「お湯」を沸かし、その中に2~3人分の蕎麦をやさしくほぐしながら、そっと滑り込ませるように入れる。
- ② 蕎麦は、鍋の底に沈みますがそのまますこし待つ。
- ③ お湯が再び、わきだしたら蕎麦が鍋の底にくっつかないように「箸」でそっと泳がすように回す。

しずかに

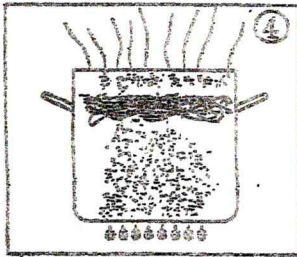
煮でる場合は、2~3人分づつにしないと、お湯の温度が下がってしまうまく鍋であがりません！



鍋の底に蕎麦がくっつかないように

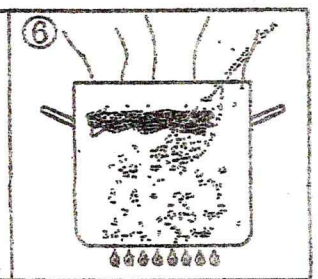
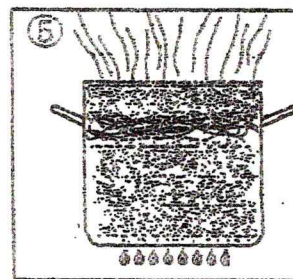


蕎麦が鍋の中を回転するようにして煮でます。



- ④ お湯が沸騰して、蕎麦が表面に浮いてきます。
- ⑤ 沸騰して鍋全体に泡が溢れるようになったら、
- ⑥ 蕎麦をすくいあげる。

● 煮ですぎないように注意 ●

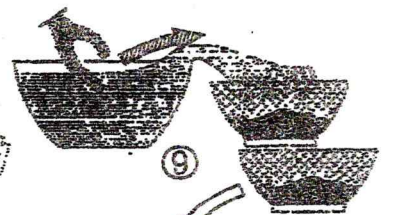


○ 茹で時間は蕎麦が表面に浮いてから15~20秒くらいです。

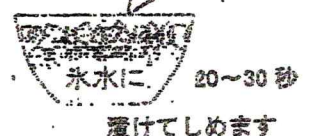
- ⑦ ざるに移して、すばやく水をかけて蕎麦の熱を冷ます。

⑦ 水をかけて熱を冷まし

- ⑧ ざるごと、ボウルに入れて蕎麦が切れないようにそっと、そして丁寧に洗って「ぬめり」をとる。



- ⑨ 更に、ざるごと「氷水」に20~30秒くらい漬けて「蕎麦をしめる」



- ⑩ 適当な容器に、盛り付けて出来上がりです。

○ 薬味は、「ねぎ」「大根おろし」「わさび」

その他、お好みで味わってください

○ お付けしたそばつゆは、そのままお使いください。

○ 濃い場合には、鰹節などで出汁をとり、お好みの濃さに調整してください。

・ 茹でた「湯」はそばつゆに割って飲んでください。とてもおいしく、身体にも良いです。

追記

おいしく召し上がるには茹でたらすぐに召し上がってください。

茹で時間は沸騰して一分以内です。

江戸流手打ちそば
二・八の会