

## ～周さん直伝の自家製手打ち中華麺(ラ～メン)～

材料(4～8人分)	
強力粉	300g
塩	3g
重曹	3g
水	120～140cc
打ち粉(片栗粉)	適量(多めに用意) ※20～25g+薄力粉

※(中華麺は本来「かん水」を使いますが今回はアルカリ水(重曹水)を作って代用します。

1・水と塩、重曹をボウルに入れてしっかりと混ぜ合わせます。

2・(1)のボウルに強力粉を入れてよく混ぜ合わせます。水分が少なめなので固いですがしっかりと混ぜ合わせてみましょう。

★ とにかくよく混ぜることが重要ですが、どうしても固い場合は少しだけ水を入れてみましょう。(入れすぎに注意！)

3・しっかりと捏ね上げてまとまったら(生地を)少し休ませます。

4・机等にラップを敷いて打ち粉(片栗粉や小麦粉)をまぶして生地を薄く伸ばしていきます。広げられるだけ広げましょう！！

5・広げた生地を扇子状に折りたたみます。(折った部分には必ず打ち粉をします)

6・生地を出来るだけ細く切っていきましょう！※切った生地は打ち粉をまぶしてよくほぐしておいてください。

7・鍋にたっぷりのお湯を沸かして茹で上げれば出来上がり！(細めなら2～3分、太めなら4～5分くらい)

★ 自家製のスープや焼き豚を作って美味しくいただきますよ！！