

# お蕎麦のご紹介 と お蕎麦の作り方

## 【お蕎麦の紹介】

今回、来て下さった蕎麦職人さんが打ってくださったのは山形の二八蕎麦でした！  
美味しい「そば」を作るにはきれいな「水」と上質な「そば粉」は欠かせません。  
豊かな水とそばの生育に適した気候を有する山形県は「そば大国」としても有名です。  
特に最上川流域にある山形三大そば街道と呼ばれる「尾花沢・大石田・村山」で  
食べられる蕎麦は、挽きたて打ち立てゆでたてのものを出すので香り豊かです。  
山形のそばは、一般的に長野県の信州そばよりもやや硬く太いことが大きな特徴で、  
コシの強さが魅力です。また、バラエティ豊かな事が山形そばの特徴といえるほど、  
その種類や食べ方は様々です。特に「ざる」や「せいろ」ではなく、大きな長い板や  
木箱に2～3人前のそばを豪快に盛り付けた「板そば」は、山形県独自の食べ方と  
して知られているそうです。

## 【作り方】

- 1.計量
- 2.粉をふるう
- 3.水回し
- 4.くくり
- 5.菊練り
- 6.へそだし
- 7.延ばし  
(地延ばし・丸出し)
- 8.角だし  
(四っだし)
- 9.本のし
- 10.たたみ
- 11.切り

