

「そば打ち体験講座」

12月5日（金）料理研究家の小谷中三男氏、全麺協会員の船塚寛氏を講師と6人の方に手伝って頂きそば打ち講座を実施しました。

男性もきりりと？エプロンとバンダナをして調理室に揃いました。そば打ちの前にそばに関する栄養、産地、自給率、食育などを短い時間でしたが、いろいろなお話をしてくださいました。



船塚先生のそば打ち実演を見せて頂きいよいよそば打ちです。今日のそば打ちの為に秋田から美味しいそば粉を取り寄せて頂いたとのことでしたので、頑張って取り組みました。

そば粉をふるいにかけて、水を入れ、こねて丸めて伸ばして切ればそばになるのですが、一番難しいのは、粉を水でまとめる水回しだということでした。



ふるった粉に3回ぐらいに分けて水を回し入れて猫の手の形で良くかき混ぜてまとめるのがとても難しく思いました。もちろん、麺棒でのして広げて、切るのも思うようにならず手伝って頂き何とか出来上がりました。

最後に講師が打ってくださった美味しいそばをみんなで食べて満足して帰りました。

講師と手伝ってくださった皆様本当にありがとうございました。

23期学生 M. Y 記

