

Making Sanuki Udon

Sanuki Udon Research Association



Ingredientes

Farinha de trigo, sal e água
(para 5 pessoas)

Estação	Farinha (g)	Sal (g)	Água (g)
Primavera	400(100)	16(4)	184(46)
Outono	400(100)	16(4)	184(46)
Verão	400(100)	20(5)	180(45)
Inverno	400(100)	12(3)	188(47)

Os valores entre () indicam a percentagem dos ingredientes em relação à farinha de trigo.



Misturar os ingredientes

- Adicionar a água com sal à farinha de trigo, em duas ou três vezes
- Misturar vigorosamente com a ponta dos dedos em movimentos circulares após cada adição
- Continuar misturando rapidamente até que fique como uma farofa
- Amassar até formar uma bola

Ajustar a quantidade dos ingredientes de acordo com a estação do ano.



Sovar

- Colocar a massa dentro do saco plástico
- Fechar o saco e cobrir com um pano
- Pisar 50-100 vezes para esticar a massa (ou amassar com a palma das mãos)
- Enrolar a massa em forma de bola
- Repetir o processo de esticar e enrolar a massa 3 vezes.



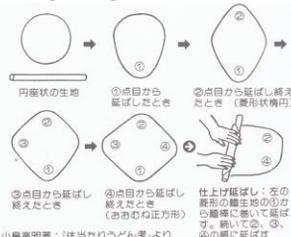
Descansar a massa

- Colocar a massa m um saco plástico e deixar descansar à temperatura ambiente
- Tempo de descanso:
Primavera-outono: 1-2 horas
Verão: 30-60 minutos
Inverno: 2-3 horas



Abrir a massa

- Amassar a massa ainda dentro do plástico até que fique com 2 cm de espessura; retirar do saco e enfarinhar a superfície
- Abrir a massa do meio para o canto ①, pressionando e deslizando o rolo com a palma das mãos
- Continuar abrindo a massa do meio em direção ao canto ②
- Girar a massa 90 graus e abrir em direção ao canto ③ e assim por diante até formar um losango
- Seguir a figura abaixo



Cortar

- Enrolar a massa no rolo e desenrolar sobre a mesa como um leque fechado; a camada de baixo deve ter 10 cm de largura
- Cortar em tiras de 3 mm de largura
- Pegar o udon pelo meio e desembaraçar batendo levemente sobre a mesa



Cozinhar

- Colocar o udon numa panela com bastante água fervente
- Misturar para não grudar
- Deixar ferver novamente
- Temperatura ideal: 98 ° C
- Tempo de cozimento: 12-13 min após a fervura



Lavar com água fria

- Escorrer o udon e lavar com bastante água fria
- Misturar com as mãos e retirar todo o amido gelatinizado da superfície
- Após bem lavado, colocar o udon sobre uma peneira