

# 中村設計新聞

## 第十六号

十二月二十八日(土)晴れ  
 今月は年末の風習のひとつである『蕎麦打ち体験に挑戦しました』  
 『年越しそば』のそば打ち体験に挑戦しました



### 新年のご挨拶

新年あけまして、お目出度うございます。



夏の暑い年は、冬の寒さが厳しいと言われていますが、予想通りの日々が続いています。各自各様の新年を向かえられ、気持ちも新たに、歩み始められた時期ですね。年賀状に書いた『ゆつくりと歩み ゆつたりと想う』そこには、今までは、感じ得なかつた世界が、拡がってくる。違ったスピードで行動し、考えて見ると、見落としていた社会や建築のありようの、本質が見えて来そうな気がします。今年末には、どんな事が見えているのか、楽しみます。

代表取締役 下西 伊佐男

### 年越しの風習



近年、様々な風習が失われつつあります。そこで今回は年末の風習の一つである『年越し蕎麦』の蕎麦打ち体験を行いました。

年越し蕎麦と言えば、年末から新年にかけて全国どこでも食べられる物ではないでしょうか。年越し蕎麦の風習が広まったのは、江戸時代中頃。

### 先生のご指導のもと レッスントライ!

『年越しそば』のそば打ち体験に挑戦しました。そんな年越し蕎麦にも様々な、いわれがあります。良く知られているものでは、『蕎麦のように細く長く生きる』や、『蕎麦が切れやすいことから一年の苦労を切りすてる』等、地方によっても異なるようです。そんなことを思いながら食べるのも面白いと思います。

先生のご指導のもと レッスントライ!



### そば打ち体験



蕎麦打ち体験に参加しました。3グループに分かれ、工程毎に分担しながら作りました。蕎麦粉をふるいに掛け、水を加えながらダマにならない様に揉み込み、捏ね上げて麺棒で四角に延し包丁で切る。簡単な工程であるが水の分量、捏ね方、延し方、切り方等、奥深さを感じました。思った以上に上手に仕上がりました。美味しくいただけ、和やかでいい時間を過ごせました。ただ茹でる時の段取りの悪さとトッピングがあまり無かったのが残念でした。

レポート 河原 邦治

### 延しが肝心!



### アンケート



アンケートでは『年越し蕎麦』の風習は必要だと感じましたか?という質問に9割の所員が必要という回答でした。また、あなたにとっての年越しそばのいわれは何ですか?という質問では『蕎麦のように細く長く生きる』という回答が一番多くありました。

『風習を体験する』という今回のテーマのおかげで年の瀬をのんびりお蕎麦を食べて締めることが出来、とても成果があったと思います。

### まとめ



おせち料理や鏡餅をお店に注文したり、あるいは年賀状をメールですませたりと、手作りで迎える年の瀬の風習が少しずつ減っていくなかで、今回の『年越し蕎麦』の蕎麦打ち体験はとても成果のある研修内容だったと思います。

これを機会に他の風習や手作りのものを見直していきたいと思えます。

### そばレシピ

○おいしい蕎麦の打ち方



- 其の一(ふるい) はじめにそば粉をふるいにかけ、荒い粉を除きます。
- 其の二(水まわし) 3回に分けて水を加えていきダマを作らないようにしながら指先で捏ねます。
- 其の三(菊絞り) 手首をうまく使いながら、そば玉を回転させ、つやが出るまで練りこみます。
- 其の四(手延し) 円すい形のそば玉の中央を手で押しつけるように広げ円盤形に引き延します。
- 其の五(麺棒延し) 麺棒を使い両手を左右に動かしながら均等な厚さになるように広げ向きを変えて四角形にします。
- 其の六(切り) 生地を8枚折りにします。まな板と生地にたつぷりと打ち粉をし、こま板を生地に平行にのせ、包丁を手前にスライドさせて切ります。
- 其の八(ゆでる) 沸騰した湯に麺をほぐすように入れ蕎麦が浮いてきたら水につけ蕎麦を締めます。
- 其の九(最後に) 頂きま す!!!