

粒が見える
まんだらそば
曼荼羅蕎麦
(キタワセソバ)



**十割で、極粗くても
粒があっても繋がる麺
完成!!**





赤ソバ：高嶺ルビー-2011
品種によって断面の色も形も違う

高嶺ルビー2011の
タカトオコヒガン
ザクラ染めの
曼荼羅そば

タカトオコヒガン
ザクラの枝の皮を
煮だした染色液で
冷水浸漬





赤ソバ：高嶺ルビー2011の曼荼羅そば

入野谷在来の曼荼羅そば



奈川在来の曼荼羅そば



千切れないのはレンチン友つなぎと極微粉3%のおかげ

むしどうづき製法による曼荼羅蕎麦の作成

300gの丸抜きそばを原料にした場合の製法

2022.9/4

無製粉 冷水浸漬 湿式胴搗製法 (略: どうづき) の改良レシピ

レンチンで蒸す
ことで麺線が繋がる
極微粉3%もレンチン
(60 μ m=230メッシュ程度)

冷水浸漬処理	3~5°Cの冷水に4日浸漬 浸漬期間中に水を1回代える (水を変えると色が鮮明になる)
洗浄	ザルで水を切る(吸水して約500g強になる)
分別 蒸し	20%相当100gをレンチン*用に分ける 500W、1分20秒、蒸し容器内に入れてレンチン
分別	10%相当50gを「潰さない粒」用に分けておく レンチンにかけて加熱しておく これは最後の仕上げの捏ねの時に投入 これが潰れず、曼荼羅蕎麦の△になる
どうづき	70%はそのまま干本杵搗き機にかける 20%のレンチン後の粒のうち10%初めから添加して搗く 15~17分、艶が出るまで搗く 臼につかなくなるまで搗く
仕上げどうづき	最後に「潰さない粒」を投入して仕上げの搗き
まとめ	機械から出してそば玉を作る
切る	延ばして切る(1.8~2.5mm程度)
茹で	30~35秒、95~100°Cの湯で茹でる 攪拌はせず、麺離れを確認
冷却	冷水の中でやさしく冷却 切れやすいので注意してザルに盛る
そえもの	藻塩などを添える 味が濃い蕎麦汁はあわない

註) * レンチンは電子レンジでチンの「蒸そば」の略
(江戸時代の熱湯による友つなぎの現代版)

まとめ： 改良どうづきのメリット

要素

特徴

効果

無製粉→表面積極小化→酸化抑制
香りを飛ばさない

水晒し 緑色が濃くなる
アクが抜ける
水廻し不必要→香りが飛ばない
酸化抑制
茹で時間短縮→香りが飛びにくい

(液体は熱伝導率が気体より高いため)

冷水(4℃) 微生物活性抑制

GABAやアミノ酸が増加→味と機能性強化
一部をレンチン友つなぎ→ α 化→麺線強化
極微粉のレンチン友つなぎ→ α 化→麺線強化