

あげうどん

＜活動の特長＞

- かつては小麦粉が主食の一つだった藤野地域では、その小麦粉を中心に食文化が発達したと言われています。小麦粉や地元で収穫した野菜を用いて作った「あげうどん」は、郷土食のひとつとして現在まで受け継がれています。地域の方のお話をうかがいながらうどんづくりを行うことで、この地に脈々と息づいてきた人々のくらしの知恵と工夫を知ることができます。



＜めあての例＞

- ・文化
「昔から地域に伝わる食べ物を知り、その特徴やよさを考えよう」



<大まかな活動の流れ>

①めあてを確認し、作り方や由来

について話を聞こう



昔は小麦粉でいろいろなものを作っていたんだね。

どうやって作るのかな？楽しみだね。

②水を入れながら、小麦粉をこねよう



水を少しずつ入れ、耳たぶくらいの固さにしよう！

③生地を米袋に入れ、新聞紙の上で踏み、その後、20分ねかせよう



足の裏で、生地を伸ばす感じで踏むといいよ！

④野菜を切り、汁を作ろう



⑤生地をのばし、めん切り包丁で適当な大きさに切ろう



打ち粉をつけながら生地を伸ばそう。

⑥めんをゆでよう ⑦盛り付けよう



⑧まとめ・振り返りをしよう

地元で作ったものでこんなにおいしくできるんだね。



次へのステップ

身近な地域の郷土食についてくわしく調べてみよう！

<メモ>

- ・刃物や火、熱湯の取り扱いについては、十分な安全指導と安全確保をお願いします。
- ・時期によっては、畑で収穫したものを使用することができます。

