西馬音內蕎麥麵

- 為雪國居民所愛的冷清湯蕎麥麵 -

西馬音內蕎麥麵的故事

西馬音內蕎麥麵是秋田縣羽後町的西馬音內地區中非常受歡迎的蕎麥麵。起源是西元 1818 年金彌彥學習當時在大阪極為繁盛的蕎麥麵——「砂場」的製作方式。在大阪的蕎麥麵店修行的彌彥還學習到了「冷清湯蕎麥麵」的吃法。回到羽後町的彌彥開起了他自己的蕎麥店。從此之後，在西馬音內地區中有許多向彌彥學成過後出來開店的店鋪，現在在羽後町共有 7 間西馬音內蕎麥麵店。

什麼事冷清湯蕎麥麵？

西馬音內蕎麥麵的特徵之一就是被稱為「冷清湯」的吃法。指的是將煮過的蕎麥麵用冷水清洗過，之後再放入冷的醬汁中來食用。西馬音內蕎麥麵的麵條本身很有嚼勁搭配上冷清湯可以說是很合拍，這使得蕎麥麵的美味更上一層樓。在地人就算是積雪很高的冬天，也依舊吃著冷清湯的蕎麥麵。

如何製作
西馬音內蕎麥麵

01 行水

是將蕎麥麵粉和海螺混合的步驟。為了讓蕎麥麵粉有黏性而使用海螺，它是西馬音內蕎麥麵的特色之一，會使得麵條產生好的嚼勁與順口程度。一邊加入海螺與蕎麥麵混合，一邊確認麵團的硬度，會分成 3 次左右加入。

02 揉合

是將蕎麥麵粉揉成團的步驟。蕎麥麵粉與海螺混合之後，蕎麥麵粉會聚集成小小的塊狀。要將那些小小的塊狀揉在一起，並使其成為一體。不要快速的將其揉成一塊，請慢慢的揉合。

03 搓揉

是進一步搓揉蕎麥麵團的步驟。在完成揉合的步驟之後，再將麵團的表面揉至光滑。像是將體重乘載在手掌上一樣的去搓揉。確實地搓揉過後的麵團，會形成有彈性的蕎麥麵。

04 用手來延展

延展麵團的步驟。在要放置麵團的地方撒上蕎麥麵粉。搓揉過後的麵團用手掌的部分來壓平、延展。像是要做一個圓形一樣，由內朝外的方向施力，一邊推一邊壓。

05 用擀麵棍來延展

延展麵團的步驟。為了不讓麵糰沾黏，會在擀麵棍上灑上足夠的蕎麥麵粉，之後在擀麵棍上施予均等的力量來延展麵團。一點一點的改變擀麵棍的角度，使得麵團能夠被擀成圓形。等到延展到一定的程度之後，就將麵團捲在擀麵棍上來延展。

06 折疊

準備開始切蕎麥麵。在延展過後的麵糰上灑上蕎麥麵粉，之後左右均等的對折。之後再撒上一次蕎麥麵粉，這次是上下方向的三等分對折。

07 切

左手壓住放在麵團上的木板，然後用刀子貼著木板後，以垂直的方向切下。切下之後再用刀身傾倒至左邊來移動木板，移動的距離約為一根麵條的寬度，然後再一次用刀子來切麵糰。

08 煮

煮蕎麥麵的步驟。用大的鍋子來煮沸水，並保持在大火的火力。等沸騰之後，將麵條放入煮約 60 秒。用篩子快速的將麵條撈起放入冷水之中，這個步驟可以去掉麵條上的黏膩以及快速降溫。