



Pâtes Nouilles udon



1h20 **50 min** **0** **30 min** **229**

TEMPS TOTAL PRÉPARATION CUISSON REPOS CALORIES

Ingrédients
pour **6** personnes

Ingrédients pour les nouilles Udon

400 g **Farine**
20 cl **Eau**

Étape 1

Préparation des nouilles

- 1 Disposer la farine dans un saladier.
- 2 Verser l'eau chaude petit à petit sur la farine.
- 3 Pétrir la pâte à la main pendant 5 min et former une boule.
- 4 La pâte a la bonne consistance lorsqu'elle celle-ci est égale à celle de votre lobe d'oreille.
- 5 Couvrir le saladier d'un torchon humide et laisser reposer pendant 20 min.

Étape 2

Façonnage des nouilles

- 1 Fariner le plan de travail.
- 2 Etaler la pâte à l'aide d'un rouleau à pâtisserie sur une épaisseur de 3 mm et 30 cm de long.
- 3 Bien fariner la pâte.
- 4 Rabattre les 2 pans de pâte pour obtenir 3 couches.
- 5 Découper des rubans de pâte d'environ 3 mm de large à l'aide d'un couteau de chef.
- 6 Les pâtes sont prêtes pour la cuisson.

- 7 Pour la cuisson, plonger les nouilles dans une eau bouillante salée pendant environ 10 à 12 min en mélangeant de temps en temps avec des baguettes pour éviter qu'elles ne collent entre elles. Égoutter de suite.
- 8 Les nouilles sont cuites lorsque le centre de la pâte passé sous l'eau froide est translucide.