

こんにゃくの作り方（27個／135人分）

材料	・こんにゃく芋	2 k g
	・水	適 量
	・食用水酸化カルシウム（石灰）（わら灰）	大さじ1.5

注意 かぶれやすい食材なので、手袋の着用をおすすめします。
こんにゃく芋は、加工しないまま食べないでください。

1、こんにゃく芋を洗い、幅3 c m程に切る（3等分または4等分）



2、圧力鍋で蒸す

- ①圧力鍋の音がしたら弱火で10分くらい蒸す
- ②火を消し10分くらい置く
- ③圧を抜くため圧力鍋に水をかける

※または、やわらかくなるまでゆでます



3、こんにゃく芋の皮をむく



コツ 流水をかけながら行くと簡単にむくことができます。

4、こんにゃく芋と水をいれミキサーにかける

- コツ** ミキサーには小分けにして入れます。
一度に入れる量の目安は次のとおり。
- ・こんにゃく芋 … 4切れ
 - ・水 … 500cc



5、ボウルに入れ練る（約10分）

①練る（約5分）

練り始めはこしあんのような感じですが、だんだん粘りが出てきて固く重くなっていきます。

②水600ccを入れ、さらに練る（約5分）

水を入れると、固さが最初のこしあんのような感触に戻ります。さらに固く重くなるまで練り続けます。

③もう一度②を行う

ここの工程で完成した時のこんにゃくの固さが決まります。お好みの固さに調整できるまで、②の作業を繰り返してください。

- コツ** 掘りたてのこんにゃく芋の場合は入れる水の量を少なく、掘ってから時間が経過し、こんにゃく芋が乾燥している場合は水の量を多くする。

- コツ** 水の量はあくまで目安なので、適宜調節してください。



- 6、水に溶いた水酸化カルシウム（石灰水）を入れさらに練る（約4分）
石灰水を入れしばらく練っていると色が変わってきます。
色ムラがなくなるまで練ります。

コツ 石灰水の作り方（水酸化カルシウム…大さじ1.5 ＋ 水…200cc）



- 7、バットに入れ、平らに整える

コツ 表面を整えるときは、手を水で濡らしながら行くと形を整えやすくなります。



- 8、こんにやくを切る

コツ 切り口に水をかけながら切っていきます。



- 9、沸騰したお湯に切ったこんにやくを1つずつ入れ、約30分ゆでる



10、火を止めて冷めるまでそのまま置く



11、きれいな水に、こんにゃくを入れてさらし、完成！

コツ 食べる際には、一度熱湯に通すと臭みが取れます。



※ ひと塊りを10等分に切り、2切れ／1人分（135人分）として計算。
小さく切って味噌田楽（上記写真参照）になど、いろいろとお試してください！