



京大ティータイム研究

ティーバッグにも こだわりを！

ティーバッグって手軽だけれど、おいしいお茶を楽しめない…なんて思っていますか？ 実はティーバッグだってちょっとしたコツでおいしく飲めちゃいます。少しこだわって、素敵なティータイムを満喫しませんか？
(アゲハ)

▼カップで淹れるティーバッグ おいしいゴールドンルール

うまくお茶を出すには、ちょっとしたコツがあるのです。

①カップを温めます。これが第一のポイントです。カップにお湯を少々入れて、かき混ぜるだけでOK。

②お湯を一度捨てたら、先にお湯をカップに注ぎます。そこにティーバッグを静かに沈めていきましょう。先にティーバッグを入れてしまうと、バッグの中に空気がたまってしまい、沈まないことがあります。これではお茶をうまく抽出できません。



③ティーバッグが沈んだら、そのまま静置しましょう。時間は1分ほど。パッケージに時間が書いてある場合はそれに従ってください。お皿などで蓋をするとより味が引き立ちます。



④ほどよい濃さになったら、そっとティーバッグを引き上げます。ティーバッグをスプーンで押し下したり、かき混ぜたりしないこと。雑味、苦味などが出る原因になります。

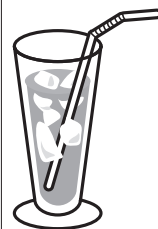
▼おいしい水の選び方

最近ではミネラルウォーターを使う人も多いようですが、本当にミネラルウォーターで淹れるとおいしいのでしょうか。

答えはNO。一般的にお茶には軟水(カルシウムやマグネシウムが少ない水)が合うとされています。だから水道水でも沸騰させれば十分においしいお茶を楽しめます。塩素が十分に飛ぶよう、2分ほど沸騰させるとよいでしょう。一方ミネラルウォーターは、日本のものは軟水が多いですが、海外のものは硬水が多いので、買う時には硬度が100以下であるものを選んでください。

ワンモアステップ

これからの季節に **アイスティー**



紅茶の淹れ方はHOTと同じ。ただし、お湯の分量を半分にして2倍の濃さのものを作ってください。十分冷ましてからグラスに氷をたっぷり入れて、注ぎます。ミルクを使う場合も十分に冷やしたものを使ってください。

▼それぞれのおいしいコツ

日本茶

・葉から淹れる場合、お湯の温度は80℃くらいが最適ですが、ティーバッグの場合は味わいというより香りを楽しむために、沸騰したての熱いお湯で淹れる方がよいでしょう。

紅茶

・ミルクティーの場合はコーヒー用のミルクを使うと香りが負けてしまうので、牛乳を使用してください。レモンティーは薄切りのレモンを飲む直前に入れ、スプーンで軽く混ぜて、さっと取り出します。こうすると皮の渋みが残らず、香りだけ残ります。

・一つのティーバッグで2杯目を出しても色はつくかもしれませんが、味とコクは1杯目で出てしまっています。一つのティーバッグで2人分入れたいときは、ちょっと大きめのマグカップを使って蒸らし時間を長めに取り、注ぎ分けてください。

ちょっと気になる？

うわさの三角錐型ティーバッグ

ポットの中ではお湯と茶葉が対流しつつ抽出されるのに比べ、従来のティーバッグは限られた狭い空間でしか茶葉の対流が起こらないため、お茶本来の旨みを引き出しにくいものでした。しかし「テトラパック」のような、最近発売された三角錐の形状のティーバッグは、この点を大幅に改善しました。これを利用すると、茶葉の広がる余裕があり、対流もしやすくなるのです。

はみだし
すてーじ

まいご係を作って下さい！

(文・1 県民)