



小暮綾子さん(青柳在住)
「狭山に引っ越してきて40年くらいになります。毎朝、ゆっくり時間をかけてお茶を飲み、食事をするのが日課です。おいしいお茶を飲む時間は、ほっとしますよね」



暑い季節は水出しも!



急須にやや多めの茶葉を入れ、水を茶葉が浮き上がらないように静かに注ぎます。約5分おいてからグラスなどに注ぎ、氷を入れます。

暑い季節は、冷たいお茶を飲むと口の中がさっぱり!

※よく沸騰させてから冷ました水を使うと、よりおいしいお茶の味が楽しめます

煎茶・深蒸し茶の淹れ方

5分ほど沸騰させたお湯を湯ざましか湯飲みに注ぎ、お湯を少し冷まします

【参考】お湯の温度は湯飲み(湯冷まし)に入れて10℃下がります。さらにそのお湯を急須に入れ10℃、また湯飲みに戻して10℃、この動作で30℃下がります



ティースプーン2杯の茶葉を急須に入れます。スプーンを斜めにした茶筒に入れ、茶筒を回すと茶葉が折れずにすくえます



茶葉を入れた急須に冷ましたお湯(70℃くらい)を注ぎ、ふたをして1分ほど待ちます



どうぞ、お召し上がりください



2煎め以降を淹れるまでの間は、急須のふたをせずに



最後の一滴まで注ぎきると、2煎め以降もおいしく召し上がれます



お茶の濃さと量が同じになるよう2~3回に分け、順に湯飲みに注ぎます



急須のふたの穴の位置はここ。注ぐときに急須の中の空気の流れがよくなります



おいしいお茶を飲むと
自然に顔も心もほっこり...



「色は静岡、香りは宇治よ、味は狭山でとどめです」と
狭山茶摘み歌で歌われる狭山茶。
新茶の季節、おいしい狭山茶を楽しみませんか。



おいしいお茶で



ほっとしませんか?

●お茶の味に自信あり

狭山茶は、国内の茶の主な生産地の中で最も北に位置しています。暖かい地方では、年に3~5回摘み取ることができ、お茶の葉も、狭山茶は年に2回しか摘み取ることができません。その分、茶葉が自然と厚くなつてうま味が熟成し、狭山茶の特色である濃厚でコク味のお茶になります。

●体にいい成分がいっぱい

お茶の成分がコレステロール値や血糖値を抑えたり、殺菌作用が食中毒を予防したりと、日常的にお茶を飲むことは、健康面でも有効性が認められています。

カテキン／がん予防・老化防止・殺菌作用 ビタミンC／ストレスの解消・風邪の予防・美肌効果 カフェイン／疲労感や眠気の除去・利尿作用 フラボノイド／口臭予防 フッ素／むし歯予防

●おいしいお茶を飲むには

お茶を「苦い」と思っている方はいませんか? お茶は適切な温度と

方法で淹れることが大切です。うま味が増し、苦みやエグ味が出ず、お茶本来の甘味を楽しむことができます。

そして、自分のため、家族のためといったように、誰かのためにまごころを込めて淹れたお茶はおいしさアップ。少しの心遣いがお茶をおいしくする秘訣です。

また、市内には、たくさん茶園があります。その茶園ごとにお茶を製造するのも狭山茶の特徴の一つ。お茶の味は、甘みの多いものや、適度に渋みがあるものなど、茶園ごとに異なります。今年は、茶園を巡って、新茶の味を楽しみながら好みの一杯を探してみませんか。

