

Column

おいしい冷茶の作り方

いよいよ、夏到来！
熱いお茶なんか飲めないよ……という方に朗報！
冷茶もすごくおいしいんです！

冷やして飲めば
一味違うおいしさに

夏ならではの**日本茶の楽しみ方**が、キーンと冷えた「冷茶」。透明なグラスに氷を浮かべた冷茶は、目にも舌にも涼しく夏の暑さを忘れさせてくれる。最も手軽なのは、**通常通り湯で淹れたお茶を氷で急冷させる方法**。急須で温かいお茶を作り、山盛りの氷を入れた湯呑に注ぐだけ。熱い湯で淹れるため、お茶の香りがしっかり楽しめるのが魅力だ。氷がとけて味が薄まるので、茶葉はいつもより多めに。

玉露や上級煎茶には、せいたくな氷出し冷茶がおすすめ。急須に茶葉を入れ、その上に氷を数個のせて、氷がとけるのをじっと待つ。氷が完全にとけるまで30分程かかるが、じっくり抽出されるので**濃厚なうま味の冷茶**が楽しめる。いつものお茶も、器を変え、冷やして飲めば一味違うおいしさに♪



NPO みんなとミント

☎ 090・2809・8747

丁寧に育て、手摘みで収穫したハーブは、今までのハーブティーのイメージが覆るおいしさ！

広島県三原市深町 1054
<https://blogs.yahoo.co.jp/minminminto123>

増える休耕田を利用して
50種のハーブを丁寧に育てる

リラククスしたいときに清々しい香りで心を落ち着かせてくれるハーブティー。『みんなとミント』は、ハーブティーをはじめとした、ハーブのファンを増やす活動で注目を集めている。休耕田の再利用を目的にスタートした通称「みんな」は三原市深町にある1600平米の休耕田を一面ハーブ畑に。レモンバーベナやレモングラス、エキナセアなど50種も

レモン三姉妹
(10g / 400円)

レモンバーベナ、レモングラス、レモンバームの3種をブレンド



フレッシュなハーブティーは、収穫に参加した会員のお楽しみ

ハーブに関するワークショップも人気！



代表
小田 菜保子さん
会の代表を務めつつ、笑いヨガの講師としても活躍中



ジャーマンカモミールは花を潰さないよう、手摘みで収穫するのがおいしさの秘密