

# おいしい お茶の淹れ方

ペットボトルのお茶が大人気ですが  
やっぱりいい葉っぱといいお水で  
淹れたてのお茶を飲むのが一番です！  
香りも味も格別の一杯をどうぞ！

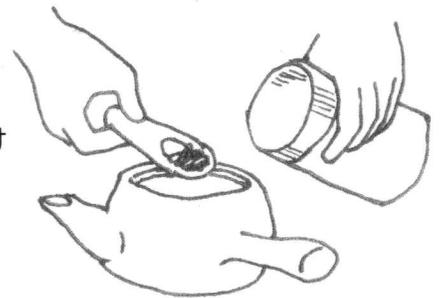
## ①お湯をわかしましょう

水道水を使う時はカルキ臭がありますのでお湯をよく沸騰させることが大切です。  
やかんがシューッといたらすぐ火を止めてしまいがちですが沸騰してからさらに  
やかんのふたを少しずらし3～5分火にかけることをおすすめします。  
熱いお湯をそのまま使わずに少し冷まします。③を参考にしてください。  
お湯を他の入れ物に移し変えるとそのたびに温度が10℃下がります。  
沸騰したお湯をポットに移し、急須に入れ、湯呑みに移すと約70℃になります。  
茶器を温めながら湯温を下げましょう。  
湯呑みに移すことで計量カップの役割も果たし最後の一滴まで注ぐことができます。



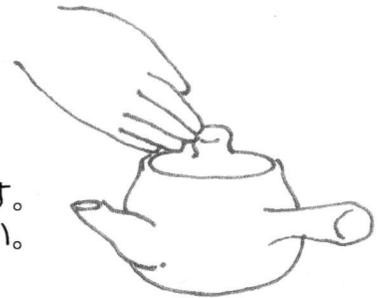
## ②茶葉を急須に入れましょう

深蒸し茶：3人分で約10g（大さじ山盛り2杯）  
番茶・ほうじ茶：5人分で15g（大さじ3杯）  
深蒸し茶は蒸し時間が長いため茶葉が細かく急須のアミが注ぎ口だけ  
の物ですと詰まってしまう場合があります。  
深蒸し茶専用の全体にアミがある急須をお使いください。  
善光園では深蒸し茶用急須も取り扱っています。



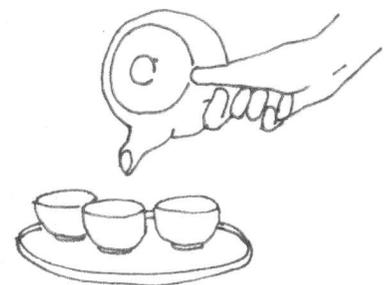
## ③お湯を注いでむらします

湯温は深蒸し茶が70℃～85℃位をめやすに入れましょう。  
緑茶には苦渋味のタンニン（カテキン）、苦味のカフェイン、  
うま味、甘味のアミノ酸甘味の糖類などが含まれています。  
お茶は熱く入れれば苦味や渋味が増し、ぬるく入れれば甘味が増します。  
善光園では『極上』が一番甘味成分が多くぬる目のお湯で淹れて下さい。  
番茶・ほうじ茶は熱湯を急須に注いでください。  
蒸らし時間は、深蒸し茶：40秒～1分、ほうじ茶・番茶：30秒



## ④湯呑みに注いでできあがり

茶葉は開きながら味が溶け出すので最初薄く、後ほど濃くなります。  
それぞれの湯呑みに少しずつ3～4回に分けて注いでいきます。  
最後の一滴がおいしいので残さず注ぎきってください。  
最初、薄いからといって急須を振ると雑味が出るのでやめましょう。



## ⑤二煎目は？

一煎目を終えて急須を覗くと、開いた葉が注ぎ口のアミの方に寄っています。  
この状態でおいておくとむれて二煎目が濃く出てしまいますので  
注ぎ口とは反対の急須の外側をポンと一度強く叩いて茶葉を反対側に  
移動させふたを少しずらしておきます。二煎目はアミと茶葉との空間に  
お湯を注ぎます。（一煎目の半分くらいの抽出時間）こうすると  
一煎目同様おいしくいれることができます。

	人数	茶の量	湯温	湯量	浸出時間	一人分の量
煎茶（上）	2人	6g	70℃	170ml	60秒	70ml
煎茶（並）	3人	10g	90℃	400ml	60秒	110ml
番茶	5人	15g	熱湯	650ml	30秒	120ml
ほうじ茶	5人	15g	熱湯	650ml	30秒	120ml