

紅茶の美味しいレシピ



ホットティー

材料(2人前)：
お気に入りの紅茶葉 3g
(ティースプーン山盛り1杯)
沸騰したお湯 300cc

— 作り方 —

- 1 空気を含んだ組み立ての水道水(できれば浄水器を通した水)を、100円玉くらいの大きさの泡がポコポコ出るくらいまで沸騰させる。
- 2 ポットとカップはあらかじめ温めておく。
- 3 ポットに茶葉を入れ、沸騰したばかりのお湯 300cc をそそぐ。
- 4 3分間茶葉がポットの中で上下にジャンピングしながら開くのを待つ。(大きな葉なら3分以上)
- 5 温めたカップに茶漙しを使って茶葉を漙す。ミルクを入れるときは常温のものを。冷たすぎるミルクは紅茶の温度がさがりすぎるので注意。ダーズリンなどの繊細な香りのお茶はぜひストレートでお召し上がり下さい。



Point

茶葉は必ず水から入れてください。紅茶の味と香りを引き出すためには空気をたくさん含んだ水が必要です。ペットボトルの水はいわば汲み置きの水、空気は抜けてしまっています。汲み立ての水道水は空気がたくさん含まれているのでおすすめです。気になる塩素は1~1.5分ほどふたをせず沸騰させることで除去できます。より良いのは浄水器を通した水を使うことでしょう。茶葉の大きさにより、茶葉の量とお湯の量を加減してください。



ティーバッグで淹れる ホットティー

材料(1人前)：
ティーバッグ 1袋
水(水道水) 170cc

— 作り方 —

- 1 カップにお湯を注ぎあらかじめ温めておく。
- 2 汲み立ての水を火にかけ、100円玉くらいの泡がでるくらいまで沸騰させる。
- 3 カップにティーバッグをいれ、沸騰したお湯を手早く注ぐ。
- 4 熱湯を注いだらすぐに受け皿などで蓋をして蒸らす。(蒸らし時間は CTC 製法などの細かい茶葉で1分程度、リーフタイプの茶葉で2~3分が目安)
- 5 時間がきたら受け皿をとり、ティーバッグを軽く数回振ってたら静かに取り出す。



Point

ティーバッグを取り出すときに、何度も強く振ったり、絞ったりするのは厳禁。余計な渋みがでてしまいます。



ミルクティー

材料(2人前)：
茶葉 3.5g
水(水道水) 200cc
牛乳 200cc
オススメの紅茶
カラメル、アッサム、バニラカラメルなど

— 作り方 —

- 1 ミルクパンなどの鍋に水道水 200cc と茶葉 3.5g を入れ、沸騰するまで火にかける。
- 2 沸騰したら弱火にして2分間。
- 3 2分たったら、牛乳 200cc を加え、ふきこぼれないよう沸騰したら中火で3分間炊き続ける。
- 4 別の容器に茶漙しで茶葉を漙しながら移す。アイスにする場合は粗熱をとってから冷蔵庫に入れてください。



Point

紅茶の味と香りを引き出すためには空気をたくさん含んだ水が必要です。



アイ스티ー

渋みの少ない茶葉 10~15g
(ティースプーン山盛り3~5杯)
沸騰したお湯 1リットル

オススメの紅茶
アールグレイ、ダーズリンなど

— 作り方 —

- 1 ポットに美味しい水(蒸留水など)1リットルをいれ、茶葉 10~15g を入れる。
- 2 そのまま冷蔵庫の中で一昼夜置いたあと、茶葉を取り出す。



Point

火を使わないで作れるので、暑い夏にはぴったりです。香りを損なわないために、できるだけその日中にお飲み下さい。



アイ스티ー (二度取り)

茶葉 7g
浄水器の水 300cc

オススメの紅茶
アールグレイ、メリメロ、
ペーシュ、フレーズなど

— 作り方 —

- 1 ポットを温め、茶葉と沸騰したお湯を入れ、3分間蒸らす。
- 2 氷を入れたピッチャーに、漙しながら紅茶をそそぐ。
- 3 素早くかきまぜ、すぐに別の容器に氷を取り除きながら移す。
- 4 氷をいれたグラスにそそぐ。
- 5 容器に入れた紅茶は常温で保存する。



Point

冷蔵庫に入れるとクレームダウンしにごってしまいます。保存は必ず常温で。
※クレームダウン…紅茶の成分のタンニンとカフェインがゆっくりと冷やされることにより、結合しにごる現象のこと。