



**手軽に冷抹茶** ●左のキャラクターでおなじみの『すっぴんちゃん』です。500mlのペットボトルで簡単に作れます。まずペットボトルに100mlの水と『すっぴんちゃん』1パックを入れてシャカシャカ。あとはボトルいっぱいの水を足して出来上がりです。口当たりの良い抹茶を使うことでとっても飲みやすい冷抹茶が手軽に楽しめます。

**本格的に冷抹茶** ●抹茶茶碗、茶筌、抹茶を使って冷抹茶を淹れてみましょう。まず茶碗に抹茶を2g。ごく少量のぬるま湯を加え茶筌で丁寧に混ぜます。よく混ぜたら冷水30ccを入れ、20秒ほど茶筌で攪拌します。綺麗に泡立ったら氷を浮かべ、ちょっと氷が溶け出したところが美味しくいただけます。



**こんなオシャレなボトルも登場** ●右のゴム制キャップのボトルは『フィルターインボトル』と言います。この中に茶葉10gと水を750ml入れて冷蔵庫



新生活に  
ほっとやすらぐ贈りもの



に一晚。ボトルの中にフィルターが入っているのでそのままグラスに注げます。ちょっとした来客にも気が利いてますよね。**日本茶でティータイム** ●

**夏の冷茶ソーダ**/煎茶4g（ほうじ茶の場合は3g）

を三ツ矢サイダー200mlに漬けて冷蔵庫に入れて3時間待ちます。

茶葉を濾して氷の入ったグラスでどうぞ。甘くないほうがお好みなら強炭酸水がおすすすめです。

**アイスほうじ茶ラテ**/鍋にほうじ茶大さじ3、水50mlを入れて中火で1分加熱。

牛乳150mlを加えて弱めの中火で混ぜながら3分、砂糖小さじ半分を加えて氷の入ったグラスに茶こしで濾しながら淹れる。

生クリームを加えるとコクがでます。ほうじ茶を濃いめに淹れるのがコツです。

**濃茶仕立ての抹茶アフガード**/温めた器に抹茶4g（ふるっておくとダマになりにくい）とお湯50ccを入れて茶筌で練ります。

これをアイスクリームにかけて出来上がりです。

**お父さんにおすすすめ『抹茶ビール』**/350mlのビールとビールグラスを冷やしておきましょう。

抹茶3gにぬるま湯を少量入れて茶筌で練ります。

これをグラスに入れて100ml程度ビールを注ぎます。

ゆっくりとかき混ぜ残りのビールを足して出来上がりです。

抹茶色のビールなんてオシャレです。