

紅茶の 魅力とは？



コーヒーよりリラックスできるの？

紅茶はコーヒーよりも「カフェイン」が多く含まれていることは意外に知られていません。覚醒作用や糖分分解作用を持つこの成分は、ダイエットにも効果的といわれています。また「コーヒー」には「テアニン」が含まれていることも特徴。カフェインの興奮促進を和らげる作用があるため、ストレスを解消しながらも体に優しく、よりリラックス効果をもたらしてくれます。

健康にいいってほんと？

生活習慣病や肌トラブルを引き起こす活性酸素を除去する「テラフラビン」や「フラボノイド」を含むため、美肌と健康効果が期待できます。フラボノイドは強い殺菌効果があり、風邪や食中毒を防ぐばかりか、血管を強くし心筋梗塞になる確率を下げることも近年明らかになってきています。

どんな楽しみ方があるの？

産地によって異なる風味を知れば、季節やシチュエーションによって茶葉を変えたり、ブレンドして自分だけのオリジナル紅茶をつくってみたり、さらには、スコッチやケーキなどの紅茶にあうスイーツ探しやお気に入りの食器選びなど、楽しみ方はさまざま。本場英国や産地の歴史、伝統などまで興味の幅が広がれば、より深く紅茶の世界に没れるかもしれません。

How to make delicious tea!

Earl Grey (アールグレイ) のオーナー、中川さんが教える 紅茶の正しい淹れ方「ゴールデンルール」



10円玉くらいの大きさの泡が出ている状態の熱湯を使います。



ポットに、ティースプーン1杯(約3g)を一人分として、人数分の茶葉を正確に計量して入れます。大きい茶葉は、細かい茶葉より少し多めに計りましょう。



沸騰したてのお湯を、高いところから勢いよく一気に入れ、すぐフタをして蒸らします。



蒸らす時間は、茶葉の大きさによって異なります。細かい茶葉は2〜3分、大きい茶葉やフレーバードティーは4〜5分が目安。砂時計を用意するのも大切です。

《用意するもの》
● カップ&ソーサー
● ティーポット
● ティースプーン
● ポット
● 汲みだての水
● お好みの茶葉
《あとで便利》
● ティーコジー
● 砂時計



ティースプーンに注ぐ際の角度は45度程度。「金の一滴(ゴールドドロップ)」といわれる最後の一滴まで注ぐことが大切です。



カップに注ぐ際も、香りを立たせるため高いところから注ぎます。

Point!

- 汲みだての空気を多く含んだ水を使いましょう。お湯は沸騰直後のものがよく、ぬるかったり、沸騰しすぎたお湯は香りが出にくくなります。
- おいしい紅茶を淹れるには、温度を下げないことが重要。ティースプーンやティーマットを使うと、保温効果が上がります。
- ミルクティーには、コクと渋みのある茶葉をすこし多めに使い、蒸らす時間もやや長めに。ミルクは少しあたためたものを使いましょう。

《ひとくちメモ》

ティースプーンと コーヒースプーンの違い

「どれがティースプーン?」って思う人も多いはず。「これがティースプーン」という規格はありませんが、一般的には全長が13cm〜14cmくらいのスプーンを「ティースプーン」と呼んでいます。一回り小さいのがコーヒースプーンです。

ティーバッグでもおいしく淹れるコツ

《用意するもの》 ● カップ&ソーサー ● ティースプーン ● 汲みだての水 ● お好みのティーバッグ



リーフティーと同様に、汲みだての新鮮な水を使います。沸騰したら、先にお湯をカップに注ぎます。



カップのふちから滑らせるように、静かに入れます。ティーバッグは一人に一つが理想です。



ソーサーで、ふたをし、2〜3分蒸らします。



蒸らし終わり、ふたを外したら、カップの中でティーバッグで「の」の字を描いて、静かに引き上げます。

Point!

- 基本的に1個のティーバッグは、カップ1杯分。1個で、2杯以上入れると味や香りが落ちてしまいます。
- ティーバッグをカップに静かに入れる理由は、空気を入れないため。空気が入ると浮き上がるので、味が出にくくなります。
- ティーバッグをジャンピングするのは、厳禁。細かい茶葉が外に出てしまいます。「ティーバッグの扱い」は優しく「コツ」。

《ひとくちメモ》

茶葉の大きさの目安



Information

紅茶教室は月に一回開催(随時受付)。テーブルマナーから淹れ方まで「紅茶のいろは」を学べます。詳細は、☎0595-97-8377 までお気軽にお問い合わせください。

秋はゆったり 紅茶でほっこり

芳醇な香りや繊細な味わいを持ち、体の芯から温めてくれる紅茶。バラエティ豊かな風味、おいしい淹れ方など、楽しみ方はさまざま。今年の秋は紅茶でゆったりと過ごしてみませんか。



ゆったりとした
時を過ごせる
本格的な味と空間



- 店内には、海外で仕入れたこだわりのインテリアや茶器がずらり
- 人気のアフタヌーンティータイムスタンド(3段)2,750円※紅茶・スコーン・サンドウィッチ・本日のケーキ(写真は緑茶シフォンケーキ)

東海道47番目の宿場町で、江戸時代には参勤交代や伊勢参りの人々にぎわった「関宿」。その当時に建てられた古い町家が、いまも数多く残っています。そんな歴史を感じる町並みにひっそりと佇むのが、紅茶専門店「アールグレイ」。オーナーの中川榮美子さんが、「紅茶によって心と体を癒やし、人々のふれあいを大切にしたい」という思いから、古きよき町家を本場英国のティールームさながら

英国紅茶の店 Earl Grey アールグレイ

亀山市

のお店に改装。一步中に入ると、紅茶の芳醇な香りがほのかに漂ってきます。アンティークのインテリアや雑貨が彩る空間もさることながら、紅茶へのこだわりから日本紅茶協会の「おいしい紅茶の店」にも認定。中川さん自ら、世界有数の生産国・スリランカで調達したセイロンティーから地元産の亀山紅茶まで、50種類以上の紅茶を味わうことができます。また、紅茶とともに楽しむスコッチやシフォンケーキは、無農薬や県内産の厳選された素材でつくられ、至福の時をより一層演出。県外からも「この紅茶、このケーキが目当て」という常連のお客さんが多いこともうなずけます。肌寒くなってきたこの季節、異国情緒あふれるお店でほっこりと過ごしてみませんか。

時13:00〜18:00 ※予約があれば21:00まで可
休1不定休 ア1JR「関」駅から徒歩約5分、名阪国道「関」ICから約5分 所1亀山市関町木崎512
☎0595-97-8377



ケータイ・スマホで店内! QRコードを携帯電話・スマートフォンで読み込むと、行先ナビ(GPS機能)を使った目的地案内サービスが表示されます。