マザーリーフの
紅茶コーディネーター
おすすめ♪

おいしい紅茶の淹れ方

リーフティーの淹れ方

～ティーポット編～

①温めたティーポットに茶葉を小さじ2杯入れます。

②水道水をやかんにたっぷり汲んで火にかけ、沸かしきる手前のお湯（95℃～98℃）をポットに350cc注ぎます。

③フタをして3分蒸らし、茶こしを通してカップに注ぎ入れます。

～２度取りアイスティー～

①ティ–ポットに茶葉を約4グラム入れます。

②勢いよく熱湯（280～300cc）を注いで10～15分放置し良く蒸らします。

③蒸らした紅茶の茶葉を濾しながら、口の広い容器に紅茶を移しとります。

④別の容器に氷を8分目ほど入れて③の紅茶を一気に注ぎ入れて急冷させます。

⑤直ぐに氷を濾してアイスティーのみを保存容器に移し替えます。出来上がったアイスティーは冷蔵庫には入れず、常温で保存します。（直射日光を避ければ15～16時間は保存できます）

POINT

氷で急冷させることが美しいアイスティーを作るコツです。
冷蔵庫でゆっくり温度を下げるとクリームダウンを起こす可能性があります。

～チャイ～

①手鍋に水150ccとルフナ茶葉6ｇ（大さじ1.5杯）を入れ、中火～強火にかけます。

②沸騰したら弱火にして3分間煮出し、茶葉が充分開いたら牛乳を加え、再び中火にかけます。
（牛乳の分量は150cc～200ccを目安にお好みで）

③全体が沸き上がる手前で火を止め、茶こしで茶葉を濾しながらカップに注ぎ入れます。
※仕上がり目安・1人分（230～270cc）

POINT

甘さを加える時は黒糖などコクのあるものがおすすめ。
スパイスを加える場合は①で茶葉と一緒に入れて煮出して下さい。

ティーバッグの淹れ方

～マグカップ編～

①沸かしたての95～98℃のお湯をマグカップに注ぎ入れる。
（250～300ccが目安）

②ティーバッグ1個を①のお湯に静かに浸す。

③小皿などでカップに蓋をして蒸らす。
（3分間が目安）

④お湯の中でティーバッグを1～2回軽く上下に動かした後、静かに引きあげる。

フレーバーティーで作るアイスティー

①沸かしたての95～98℃のお湯を150ccを耐熱カップに先にいれ、ティーバッグ1個を静かに浸す。

②小皿などでカップに蓋をして蒸らす。
（4～5分間が目安）

③お湯の中でティーバッグを1～2回軽く上下に動かした後、静かに引きあげる。

④カップに氷をいれ（150～200gが目安）すぐにかきまぜる。

※写真やイラストはイメージです。