

日本茶の淹れ方

最高の日本茶にちなんだ香ばしいうま味のある緑茶を淹れるには、以下の方法がおすすめです。

ステップ 1

お湯が沸騰したらカップに注ぎ、70℃まで冷まします。カップを手に持った時に熱く感じない程度の温度にしましょう。お湯の温度が高すぎると、お茶の味が苦くなってしまいます。

ステップ 2

ティーポットに乾燥茶葉 9 グラム（約小さじ 3）を入れ、カップのお湯を茶葉の上に注ぎます。お茶の量が多すぎるように感じるかもしれませんが、少し冷めたお湯がうま味を適度に引き出してくれます。ポットを閉じて、90 秒間置きましょう。ポットを振らないように注意してください。そうしないと葉っぱから苦味が出てしまいます。十分な時間が経過したら、ポットを開けて葉が開いたかどうかを確認します。

ステップ 3

葉が膨らんできたら、それぞれのカップに少量のお茶を注ぎます。これをポットからすべてのお茶を注ぐまで繰り返します。最初にお茶を注ぐと味が弱くなりますが、注いでいくうちに徐々に味が濃くなっていきます。この方法により、各カップのお茶の濃度が同じになり、味が一定になります。最後に、ポットから最後の数滴をそれぞれのカップに振り入れます。

ポットを軽く叩いて茶葉が真ん中に来るようにし、蓋をしたままにしておきます。これにより、最初一杯目を飲んだ後に、2 煎目のお茶を飲むことができます。一杯分のお茶の適切な分量は約 40 ミリリットルです。

2 煎目

2 煎目は、お湯が冷めないうちにポットにお湯を注ぎます。1 煎目と同じ注ぎ方で、ポットを閉めて 90 秒ほど置いておきます。同じ茶葉を使って何度かお湯を注ぐことも可能ですが、その都度味の濃度が下がってしまいます。