

広報うつのみやの水道・下水道

# 私たちの暮らしと水

2010.3.7  
No.25  
issue

～宇都宮の豊かな水のめぐみを知る情報誌～

## 特集

ティーバッグで気軽に楽しむ紅茶  
キッチンカフェで、お茶の時間ですよ。

水のおいしいまち うつのみや  
～おいしい水ができるまで / 水道水の水質相談室～

- ◆上下水道料金統一のお知らせ
- ◆平成21年度上下水道モニター活動紹介

モデル：手塚敏子さん(宇都宮市今里町)

# キッチンカフェで、 ティーバッグで気軽に楽しむ紅茶

「水道水のおいしい都市 32 市」  
の 1 つに選ばれたこともある  
宇都宮市のお水で、おいしい紅  
茶を味わいませんか？お家が  
カフェになる楽しいひと時です。

おうちで  
おいしい紅茶を  
楽しみましょう。

紅茶とティーパーティーの  
楽しみ方を教えてもらいました。

日本紅茶協会認定コーディネーター  
おもてなしコンシェルジュ

たかち すみえ  
高地 住江 先生



# お茶の時間ですよ。

ほっ

## 基本編 おいしい紅茶を 入れよう。

紅茶をおいしく入れるポイントは 4 つ。

- ① 水道水を使う
- ② 沸かしたてのお湯を使う
- ③ ポットとカップを温める
- ④ あせらずじっくり蒸らす



## 紅茶に適しているのは水道水。



市販のミネラルウォーターには空気  
が含まれていないため、沸かしても対流が  
起こりにくく、茶葉の成分が十分に引き出  
されません。お茶に適しているのは、軟水  
で空気を含む日本の水道水なのです。勢  
いよくやかんに注ぎ、空気をたくさん含ま  
せましょう。必ず沸かしたてのお湯を使う  
こと、沸かし過ぎないのもポイント。

## あせらず、じっくり蒸らす。

温めたカップ(またはポット)にお湯  
を注いでから、静かにティーバッグを  
沈め、フタをして充分蒸らします(50  
~60 秒)。受け皿をフタにしても OK。



## 静かに上げる。ゆらさない。

充分蒸らし、お湯が琥珀色<sup>こはく</sup>になっ  
たら、引き上げ時。この時、ティーバッグ  
の底面を水面につけた状態から垂直  
に静かに上げるとしずくがたれません。



## 応用編

二杯目にいかが？  
アレンジティー色々。

### ジャムティー



基本の紅茶に、好みのジャムを  
ティースプーン 1 杯入れて。ブルーベ  
リーやママレードもおススメ!

### ミルクティー



鍋にお湯を沸騰させ、糸を切った  
ティーバッグを 1 つ入れる。色が出た  
らミルクを加え(湯 4 : ミルク 6)ミルク  
が盛り上がりてきたら火をとめる。

### ストリート アイスティー



濃いめに抽出した紅茶(ティーバッグ  
1 つで 2~3 分)を、たっぷり氷を入れた  
グラスに勢い良く注ぎ、一気に冷やす  
と、見た目もきれいなアイスティーに。

簡単レシピをプラスしてテーブルを華やかに。

お茶のお供に

おいしい紅茶とともに。  
おしゃべりも弾みます。



### とちおとめ ゴロゴロジャム

- ・とちおとめ(小粒) 1パック
- ・グラニュー糖 大さじ4
- ・レモン汁 大さじ1



- ①とちおとめは洗ってへたを取り鍋に入れ、グラニュー糖とレモン汁を振りかけて軽く鍋を振り、30分ほどそのまま置く(水分が出るまで)。
- ②フタをして中火にかけフツフツ泡が出てきたら、弱火にして10分、フタをとって30分程煮詰める。

\*スコーンの他、ヨーグルト、アイスクリーム、パンケーキなどに。  
\*今回は、表紙のイチゴ農家手塚さんのとちおとめを使って作りました。

### 栃木産ドウィッチ

ちぢみほうれん草、トマト、ローストビーフなど地元の食材  
食パン、からしバター、マスタード、マヨネーズ など

- ①食パンにからしバターを塗る。
- ②①にバターソテーしたちぢみほうれん草、ローストビーフ、スライスしたトマトなどを順にのせてはさみ、半分に切る。  
\*マスタードやマヨネーズはお好みで。



### 塩キャラメルミルクゼリー (18cm×18cm角型 1個分)

- ・牛乳 400ml
- ・グラニュー糖 大さじ4
- ・湯 100ml
- ・コンデンスミルク 大さじ3
- ・塩 小さじ1/2
- ・粉ゼラチン 10g
- ・湯 大さじ3

- ①粉ゼラチンは大さじ3の熱湯に振り入れよく溶かしておく。
- ②キャラメルソースを作る。鍋にグラニュー糖を入れ、強火にかけ、水分が出てキャラメル色になったら火を止め、湯を加えて混ぜる。 ※湯を加える際は、はねるので注意!
- ③②のキャラメルソースに牛乳、塩、コンデンスミルクを加え静かに混ぜ、①のゼラチンを加え泡立たないように混ぜる。
- ④水でさっと濡らした容器に流して、冷蔵庫で冷やし固める。

紅茶で  
アレンジ  
メニュー

紅茶でお茶漬け!?  
これが意外なおいしさ。

### ほう 焙じ紅茶のお茶漬け

- ・ティーバッグ 1つ
- ・ごはん 1膳
- \*好みに塩鮭、こんぶ、漬け物を添えて

- ①ティーバッグの袋を切り、中の茶葉をフライパンで煙が出る直前まで煎る。
- ②①を急須に入れ、お湯を注ぎ1分蒸らす。
- ③ごはんには焙じ紅茶をかけ、好みに塩鮭、梅干し、こんぶ等をトッピング。漬け物とわさびを添えて。



水の話

## 宇都宮市の水道水って、おいしいの?

水道水のおいしさの基準として、厚生労働省「おいしい水研究会」が定めた硬度や臭気強度など7つの要件があります。宇都宮市の水道水はその要件をすべて満たし、「水道水のおいしい都市32市」に選ばれた言わば折り紙付きなのです。



おいしい水道水のヒミツ

実験 ミネラルウォーター(硬水)と宇都宮の水道水(軟水)で紅茶を入れ比べてみました。

硬水にはマグネシウム、カルシウムが多く含まれており、それらが紅茶のタンニンと結合して固まり、沈殿します。硬水で入れた紅茶は、味・香りが薄く、濁って黒ずんでいます。宇都宮の水道水で入れた紅茶は、色も美しくおいしそうですね。

