



りょくちや りゆう
緑茶がおいしい理由

“しづみ”や“苦み”など、緑茶はいろいろな味が楽しめます。
しづみのもとになる「カテキン」、苦みのもとになる「カフェ
イン」などはその代表。他にも、“うまみ”や“あまみ”のもとに
なる「アミノ酸(テアニン)」など、たくさんの成分がバランス
よく入っているから、緑茶はおいしいのです。

だから日本人は緑茶が大好きなんだね。
緑茶には、その他にもビタミンやミネラルなど、
私たちの健康に良い成分まで入っているんだよ。

