



ひとりぶん 1人分のおいしいせん茶のいれ方
ちゃ かた

1ページ

はじめに

つか どうぐ
使う道具

ねっとう つか かあ どう
熱湯を使うので、お母さんやお父さんと
いっしょに、きをつけていれようね。



きゅうす



ティースプーン



せん茶
ちゃ



ポット



湯のみ
ゆ

1 きゅうすにせん茶の葉を入れる。

ティースプーンでおよそ1ばい分(約2グラム)が、
ひとりぶん ちゃ は りょう めやす
1人分のせん茶の葉の量の目安です。



2 お湯をさます。

80度くらいがお茶の“うまみ”が出て、せん茶が一番おいしくなる温度です。

ゆ おんど めやす
お湯の温度の目安





ひとりぶん

ちゃ

かた

1人分のおいしいせん茶のいれ方

2ページ

3 きゅうすにお湯を入れてしばらく待つ。

お茶ができるまで、**20秒**から**30秒**くらい待ちます。
きゅうすを使うことで、お茶の葉がお湯の中で広がり、
お茶の成分が出やすくなります。



できあがり！ 湯のみに注ぐ。

きゅうすの中のお茶を残さずに入れるのがポイントです。



何人分かをまとめて作る時は、一つの湯のみに一度に入れてしまうのではなく、少しずつ順番に入れていきましょう。