

美味綠茶的泡法和喝法

熱茶



每種茶都有美味的泡法和享受方法。

泡好喝的玉綠茶時

- ① 提取作為美味成分的氨基酸類
- ② 減少作為澀味和苦味成分的單寧和咖啡因的提取是很重要的。

無論溫度如何，茶葉氨基酸都會被提取，但隨著熱水溫度的升高，單寧和咖啡因更容易溶出，所以讓我們用低溫熱水放入。讓我們用這個原理來放你最喜歡的茶。

1 加熱茶壺和茶杯



2 將茶葉放入茶壺

1 茶匙 / 1 人份



3 將熱水倒入茶壺蒸熟

焙茶 / 30 秒

白折茶、玄米茶 / 1 分鐘

紅茶 / 2 ~ 3 分鐘



4 充分浸泡，直到最後一滴為止分別倒入



茶葉的量和提取時間

標準茶葉量為每人 2 ~ 3g, 但根據茶杯的大小，熱水量會有很大差異。使用大茶杯時，茶葉量也會相應增加。此外，根據茶葉類型的提取時間也很重要。

冷茶



如果您趕時間，請將大量茶葉放入茶壺中，倒入熱水，倒出茶後，將其倒入裝有冰的耐熱玻璃中，然後快速冷卻。

(※使用高溫熱水時，茶本身的苦澀味會變強。)

1 水出綠茶茶包放入容器中。

2 在容器中加入冷水

茶包 1 袋 (8 克) 加 1.5 ~ 2 升水

3 放入冰箱 1 ~ 2 小時後擠壓茶包並從容器中取出。

