

# TEA TIME

Vol. 102  
Dec.2024

お茶料理研究会 NEWS LETTER



## Tea Time Cooking with Cha

2024年お茶料理コンテスト応募作品

高山茶の贅沢サンデー ~1週間頑張った自分へのご褒美~



### 材料

2人分

#### ○クラムブル

バター 15g  
グラニュー糖 7g  
アーモンドプードル 5g  
薄力粉 20g

#### ○高山茶ゼリー 2人分

・茶 150ml (お湯160ml+茶葉3g)  
・グラニュー糖 5g  
・ゼラチン 2g

#### ○ミルクアイス 2人分

・牛乳 50ml  
・生クリーム 50ml  
・グラニュー糖 15g

#### ○茶アイス 2人分

・牛乳 50ml  
・生クリーム 50ml  
・グラニュー糖 15g  
・茶葉 (ゼリーで使ったもの)

#### ○スポンジ マフィンカップ4つ分

・牛乳 6ml  
・茶殻 (ゼリーで使ったもの)  
・お湯 (湯せん用)  
・全卵 1個  
・グラニュー糖 30g  
・薄力粉 30g  
・バター 5g

#### ○生クリーム

・生クリーム 100ml  
・グラニュー糖 7g

#### ○飾り付け

・いちご 4つ  
・オレンジ 4切れ  
・ミント

### 作り方

#### ○クラムブル

- ①室温に戻したバターにグラニュー糖、アーモンドプードルを入れ練る。
- ②ふるった薄力粉を入れ、練らないように手ですり合わせる。
- ③細かくなり過ぎない大きさになったらパットに広げ、冷凍庫で凍らせる。
- ④170℃に予熱したオーブンで10分きつね色になるまで焼く。

#### ○高山茶ゼリー

- ①茶葉を急須に入れて沸騰したお湯を注ぎ1分ほど待つ。
- ②①を150ml容器に入れ、温かいうちにゼラチンとグラニュー糖を溶かし、パットに入れ粗熱をとる。
- ③冷蔵庫で固まるまで冷やす。

#### ○ミルクアイス

- ①ボウルに牛乳、生クリーム、グラニュー糖を入れ泡だて器で混ぜ、冷凍庫に1時間程入れる。
- ②一旦取り出して泡だて器で空気を含ませるように混ぜる。
- ③その後、30分ごとに泡だて器で混ぜ、アイスを作る。

#### ○茶アイス

- ①鍋に入れた牛乳を沸騰直前で止め、茶葉を入れて3分蒸らす。
  - ②ボウルに生クリーム、グラニュー糖、①を入れ泡だて器で混ぜ、冷凍庫に1時間程入れる。  
※「ミルクアイス」の②③と同様にしてアイスを作る。
- #### ○スポンジ マフィンカップ4つ分
- ※オーブンは180℃に予熱しておく。
- ①鍋で温めた牛乳に「高山茶ゼリー」で使用した茶殻を入れ3分浸して濾す。
  - ②ボウルに卵、グラニュー糖と①を半分入れ、湯せんにかかけながら泡立てる。
  - ③グラニュー糖が溶けたら湯せんからはずし、持ち上げて垂らした際にスジが残る程度(生クリームの7分立てくらい)まで泡立てる。
  - ④ふるった薄力粉を入れ、ゴムベラでさっくりと混ぜ合わせる。
  - ⑤溶かしたバターを③に3回に分けて加え混ぜる。
  - ⑥マフィンカップの7分目くらいまで⑤を流し入れ、180℃のオーブンで20分焼く。
  - ⑦粗熱を取った後、1.5cm程の厚さに切り、残りの①の牛乳に浸す。

#### ○生クリーム

- ①ボウルに冷やした生クリーム、グラニュー糖を入れミキサーで混ぜる。
- ②ツノが立つくらいまで混ぜ、絞り袋に入れる。

#### ○組み立て

- ・アイスクリーム2種類はディッシャーで丸型にすくって冷凍庫で冷やしておく。
  - ・イチゴ1つを角切り、もう一つをハート形(半分にしてから根元を逆三角形)に切っておく。
  - ・オレンジは薄く切ったものを2切れ用意し、皮と果実の間に切り込みを入れておく。
- ①グラスに下からクラムブル、角切りにしたイチゴ、生クリーム、牛乳に浸したスポンジ、生クリーム、クラッシュしたゼリーの順で層になるように敷き詰める。
  - ②ゼリーの上中央にミルクアイスをおき、高山茶アイスを上に乗せてかけるようにおく。
  - ③ハート形にきったイチゴをアイスの前に並べ、オレンジでアイスの後ろ側のグラスの縁を挟む。
  - ④ミントを添えて完成

## RECIPE & PHOTO

上川内初夏さん

高山茶は台湾の高級烏龍茶です。烏龍茶には疲労回復効果やデトックス効果があります。発酵製法の過程上、普通の烏龍茶よりも、味や香りのクセが少なくコクと甘味があるので、誰でも食べやすいデザートをと思い、このお茶を選びました。他の高山茶を使用してもおいしくいただけますが、特に今回使用した梨山烏龍茶は栄養も多く含まれており、すっきりとした上品な甘みとフルーティーな香りがあるため、デザートに使用するのにも適していると考えました。

また、一般の烏龍茶より高価な高山茶を飲むだけでなく、デザートに混ぜて使用することから、「頑張った1週間、日曜日くらい贅沢しよう」というコンセプトでサンデーを作ろうと思いました。サンデーはあくまでアイスクリームがメインということで、頂上には濃厚ミルクのアイスクリームと高山茶の風味がしっかりと感じられるアイスクリームを贅沢に2つおきました。濃厚なアイスクリームと生クリームをさっぱりとした高山茶を使用したゼリー、フルーツ、高山茶風味の牛乳を浸したスポンジで交互に挟み、クラムブルで食感の楽しさを感じられる、飽きのこないサンデーになっています。

## 日本の慣習と新年を迎える縁起物

お茶料理研究会 世話人 山下 まゆ美

日本の日常には、古くから伝わる様々な慣習が息づいており、私たちにとって当たり前のこととして毎日の生活の中で行っていることもあれば、季節の行事のような非日常の慣習もあります。

先日、7歳の娘の七五三を終えました。私は関東の出身なので、11月に七五三を家族や祖父母と一緒に祝いし、この年齢まで子どもが健やかに成長したことを神様に感謝し、今後の無事を祈るために神社へ参拝しました。しかし、地域が変わればお祝いの仕方も違います。鹿児島県では、1月7日に7歳になった子どもを祝う七草祝いという、七五三とは違うお祝いがあるそうです。1月7日というと、一年の無病息災を願って七草粥を食べる行事が思い浮かびますが、このように慣習には地域や場面によって様々な異なる場合が多々あるかと思えます。

先日の七五三ではご祈禱を終えて、神社で千歳飴をいただきました。長寿と健康を願う千歳飴は七五三に欠かせない縁起物です。縁起物はそれぞれに意味や由来があり、願いや幸福を象徴するものです。

さて、急に冷え込み、一年で最も慌ただしい師走に入りました。新年を迎える準備には、大掃除や正月飾りの準備、おせち料理の用意などたくさんあると思います。この新年の準備には、縁起を担いで様々な縁起物が用いられています。その中には、特別な日や日常の中で古くから縁起物として扱われてきた「お茶」もあります。そこで、縁起物にお茶も加えて、新年を過ごすアイデアを考えてみました。

まずは、元旦の早朝に汲んだ若水を沸かして淹れた福茶。その起源は平安時代といわれ、厄除けや健康を願う意味が込められているそうです。福茶には、梅干しや昆布を入れた緑茶を正月に飲む地域や、縁起物の大豆を入れて節分に飲む地域もあります。福茶は子どもも飲めるので、入れる材料と一緒に選んでアレンジをすれば、正月の縁起物として子どもと一緒に楽しむこともできます。

次に、先ほども紹介した、1月7日の人日の節句に食べる日本の伝統的な料理の七草粥です。これは、春の七草と呼ばれる7種類の野草

(セリ、ナズナ、ゴギョウ、ハコベラ、ホトノケノザ、スズナ、スズシロなど)を入れたお粥を食べる行事です。七草以外にも季節の野菜やお餅を加えたお粥もあります。お粥をお茶で炊いて、風味豊かな味わいを楽しみながら、正月の豪華な食事で疲れた胃を休めるお茶を使ったお粥もおすすめです。緑茶、ほうじ茶、烏龍茶など好みのお茶でお粥を炊いて、塩の他、醤油や味噌の味付けも合います。

新年の慣習にお茶を加え、暮らしに彩りを添えてはいかがでしょうか。



## 五感で味わう美作のお茶

有限会社 海田園黒坂製茶 取締役 黒坂 いづみ

岡山県のお茶の栽培は、美作市真木山長福寺の境内にある茶の木が始まりといわれている。鎌倉時代には西の高野山といわれるほど寺は隆盛を極め、当時の僧侶たちが盛んに飲用していたといわれている。江戸時代後期になると今の製茶技術が導入され、一番茶は煎茶に二番茶は美作番茶（日干番茶）にと、かなりの量が生産されていた。



天空の茶畑

霧の発生も多く、吉野川の清らかな水と肥沃な土壌が、山茶としてのふくよかな味わいと爽やかな香気を生み出し、美作茶を現代まで息づかせている。

昭和30年代には20か所の製茶工場があり、近隣の山々を造成し新しい茶畑もできた。5月の最盛期には、あちらこちらから茶摘採機のエンジンの音が聞こえていた。平成になりレール式摘採機・乗用型採機の導入などで生産性の改善が図られたが、傾斜地での作業性・高齢化・過疎化の影響もあり製茶工場は現在4か所と減少している。

お茶の生産地として知っていただけない産地だが、戦国時代から受け継がれている番茶がある。伝統的製法として伝わる美作番茶は、土用の頃刈り取ってきた茶葉を枝ごと大釜で煮、天日干ししながら釜の中の煮汁をかけまた干すという作業を3～4回繰り返す、炎天下の中3日間かけて仕上げた番茶である。飴色に輝く茶葉とあかね色の水色、甘みのあるまろやかな味わいが特徴で、農家の飲み茶として受け継がれている。

真夏の炎天下の作業はかなりの重労働で、担い手不足から生産量が減少している今、美作番茶を使ったパスタソース「茶ノベーゼ」などの6次化商品の開発により、新たな視点から美作番茶の魅力を発信している。「茶ノベーゼ」は、ジェノベーゼソースのバジルの代わりに美作番茶、食感を出すために松の実の代わりに地元の特産の作州黒（黒大豆）を使い、パスタはもちろんマヨネーズと合わせてディップソースに、クリームチーズと混ぜてバケットやクラッカーにのせてカナッペにと、和洋中アレンジできる。フード・アクション・ニッポンアワード2018※1では、受賞10産品にもえらばれた。

茶農家の毎日見ている風景をより多くの人に届けたいという思いで、3年前から茶摘み体験、茶畑ピクニック・品種茶の飲み比べなどの体験に取り組んでいる。農業体験を通して消費者と生産者のふれあいやこの地ならではの風景を五感で感じていただきたいという思いからだ。

2024年、全国公開された映画「風の奏での君へ」※2でメインビジュアルとして美作市の天空の茶畑が紹介され、茶畑に足を運んでいただく方も増えている。

これを契機に歴史ある美作の茶畑の風景とお茶を後世に伝えていきたい。



美作番茶作り

海田園 黒坂製茶  
ホームページ  
<https://kaitaen.co>



※1 地域の農林水産物や食文化の魅力を活かした産品を発掘するコンテスト

※2 「風の奏での君へ」公式サイト <https://kazenokanade-movie.jp/#>