

TEA TIME

Vol.107
Mar.2026

お茶料理研究会 NEWS LETTER



Tea Time Cooking with Cha

2025年お茶料理コンテスト応募作品

カブと新茶のポ茶ージュ



材料 2人分

カブ 2個
玉ねぎ ½個
茶殻 20g(フライパンで軽く炒って水分をとばしたもの)
バター 10g
牛乳 250cc
顆粒コンソメ 小さじ½

<飾り用>
茶殻 適量(細かく刻んでおく)
オリーブオイル 数滴

作り方

- ① 玉ねぎは薄切り、カブも小さく切り、耐熱容器に入れる。バターをのせて、ラップをしてレンジで3~4分。固かったら数分延長する。
- ② ミキサーにレンジで加熱した①と牛乳と茶殻を入れ、細かく滑らかにする。
- ③ ②を耐熱容器に移し、コンソメを入れてレンジで3分程度温める(飲みやすい温度に設定)。
- ④ よく混ぜた後に、お皿に盛り付け、パセリの代わりに細かくした茶殻とオリーブオイルを飾って完成!

RECIPE & PHOTO

細川 奏音さん

お茶を飲んで出た茶殻には栄養素がたくさん含まれていると知り、茶殻を処分せず丸ごと摂取できるようにしました。口に茶葉が残らないように滑らかになるまでミキサーをかけました。苦みを感じすぎない茶葉の量を工夫しました。留守番の時に、火を使わずに、レンジとミキサーだけで簡単に作れるようにしました。今回は、お茶摘みに行き、自分で摘んだ茶葉を蒸して揉んで煎茶を作りその煎茶を使用しました。スーパーで購入した煎茶の茶殻でも美味しくできました。

煎茶のこと

日本茶インストラクター、シニアティーインストラクター
別所 恵子

現代のSNS問題、嬉しいことに世界中の情報が瞬時にして興味ある事柄の詳細が玉石混交ではありますが手に入ります。世界が身近になりました。そして最近、『抹茶界限』が騒がしい。いわゆるインバウンド、外国人観光客の抹茶の爆買いです。よって茶道関係の方々はその入手困難さを嘆いていらっしゃいます。さてこの件、先日その販売状況をTVで観て驚愕いたしました。老舗のお茶屋さんに入店している外国人の多くが10缶、20缶と得意げに購入していました。日本の抹茶の美味しさを認識して下さるのは大変喜ばしいことです。フランスの有名パティシエもこぞって日本の抹茶を絶賛しケーキにチョコレートに使用しています。日本はもとより海外のカフェでは抹茶ラテのメニューは大人気です。

しかし日本人は日常に抹茶を飲用しているでしょうか。茶道や、料理を含めた菓子には多用されますが日常的に飲用されている茶ではありません。この抹茶は特に保存には気を使い基本的に匂いのつかないように冷蔵保存ですし開缶したらなるべく早く使用することが望まれます。ですので通常は20~30gで販売されています。日常茶と異なることは他の緑茶に比べてカフェイン量が多いこともあります。外国人がそのようなことを認識して購入しているか疑問です。そしてそのことに関連して、今年の発表の荒茶生産量(昨年統計)が静岡を抜き、初めて鹿児島が1位になったことです。早くから機械化を推進して碾茶の栽培を促進していると聞きました。中国も世界中での抹茶ブームに関しては敏感だと思います、生産量は増えるでしょう。これに関連して煎茶を生産している一部の茶農家さんが碾茶用のそれに変えていると聞きます。和食には欠かせない煎茶の生産量が少なくなってしまうのでしょうか！それだけでなく年々減少している生産量に大変心配しております。

一方で若い茶農家さんが懸命に効率化や特化した味の追求で頑張っている姿も存じています。高齢化が進み特に急斜面での耕作は大変な作業と拝察いたします。

私は静岡の山根茶や本山茶のような山間地のお茶はインドのダージリンと似ていると勝手に思っています。その土地ゆえ機械化は難しい。しかし特有の地形により朝晩の温度差で時に霧が立ち独特の旨味がある。一方で鹿児島茶は機械が導入できてインドのアッサムのようなだとも思っています。日本茶と言ってもその土地の形状により生産方法は変化しても、特徴を活かしてオールジャパンで煎茶も頑張ってもらいたい。現鈴木農水大臣(2/13現在)は『現場にいる人の気持ちに立つ』と述べたそうです。米農家さんだけでなくこの誇れる日本の文化、“茶”のことも現実を直視していただき、茶農家さんの声をお聞きしてほしい。

かの文豪、夏目漱石は『茶の湯』より『文雅としての煎茶』を好んだとか、彼を崇拝していた芥川龍之介は毎日鉄瓶に湯を沸かし煎茶は欠かせなかったと知りました。

4月末~5月の煎茶の新茶シーズンは心躍る季節です。

『茶葉』で淹れる本物の“茶の味”をもっともっと伝えていかなければと痛感します。



茶生産地だより

ブームと伝統の狭間で（川根茶の里川根本町）

つちや農園 土屋 裕子

2025年は茶業史に残る1年となった。まず、お茶と言えば「静岡」、生産量も生産額も日本一を走ってきた「静岡」が、ついに鹿児島に越され2位となった。高齢化や担い手不足、ドリンクや有機茶の海外輸出の需要等への対応の遅れがその要因と推測できる。そして世界的な抹茶ブームの影響で市場からお茶が消えた？と言われるほどの異常事態がおきた。産地では煎茶から碾茶（抹茶の原料）製造へ転換する農家が増えたが供給が間に合わない。秋冬番の価格は跳ね上がり、稀にみる抹茶需要に農家も市場も世界の波に翻弄された。

「川根茶」は江戸末期から産地銘柄としてその名を馳せてきた。大井川を下った材木と共に江戸へ運ばれ、その品質の高さが江戸庶民に認められたのが川根茶ブランドの始まりと言われている。全国茶品評会での受賞回数からもその品質は証明され、川根本町（旧中川根町）は小さい町ながらも、昭和から平成にかけての静岡茶全盛時代、日本の茶栽培から製造技術の手本ともなる町であった。茶価の低迷、高齢化や担い手不足で生産量が減少しても、そのプライドが川根茶産地を支えてきた。しかし今が正念場、その真価が問われている。

つちや農園は川根茶産地の中でも標高600mの小さな集落にあり、急傾斜で作業効率は悪いが、昼夜の寒暖差や山霧の発生など茶樹にとっては好条件。世界農業遺産「静岡の茶草場農法」の認定生産者でもあり、自然と共存した農家である。毎年品評会では上位に入賞し農林水産大臣賞の受賞歴も持つ、まさに前述の川根茶農家だ。私が川根にUターンした理由も川根茶の魅力と、そのお茶を生む貴重な産地であることに気づいたからだ。

これまで県内外多くのお茶のイベントに参加してきた。疲弊した生産現場をよそに、出会った人々はお茶への憧れや欲求で溢れていた。お茶の魅力は得てして飲み手、消費者から気付けられることが多い。「茶畑が見たい」「お茶摘みをしてみたい」。人々の興味はお茶からその背景や環境に及んでいく。いつしか私はこの不便な山奥に人々を招き、自然の中でお茶体験をしてもらうようになった。町の恒例イベントとなった「川根時間」には地域と川根茶のファン作りの一助となって企画から携わってきた。集客型の消費イベントに茶農家を巡る回遊型のスタイルを取り入れ、自然や農家とのふれあいを求めるコアなお茶ファンが集まるイベントとして昨秋15回を迎えた。

世界中でお茶への関心が高まる中、「川根茶」が選ばれるお茶になるために、作り手として伝えていきたいコトやモノに信念を持つことが今は大事な時だと感じている。お茶は日常に寄り添う、日本人の伝統や文化の中で育まれてきたもの。海の向こうで何が起ころうとも、日本人として傍らにお茶のある暮らしが変わらず続いていくよう、「これが川根茶」と言えるお茶を作り続ける。



茶畑を一望できるティーテラスで川根茶体験



茶農家を巡る「川根時間」