

皆さま、元気でお過ごしでしょうか？暮らしと住まいを快適にするためのちょっと役立つ情報をお届けします。今回のテーマは、すっきりさわやか、気分リフレッシュに最適な『夏の水出しアイスティー』です。

濃い目に入れた熱々の紅茶で氷を解かす方法は昔からの定番ですが、最近は渋みを抑えたマイルドな飲み口の「水出し」スタイルも人気です。作り方は簡単！茶葉の分量は、水100mlに1g。茶こしのいらいないティーパックが便利です。これに水を注いで約8時間置くだけです。もう少し“時短”でいきたいという方は、最初にピッチャーに少量の熱湯を入れ、茶葉を2分ほど浸しましょう。その後水を注いで下さい。水出しと熱湯の中間といった方法ですが、この手順なら約1～2時間で水出し風に。



フレッシュなフルーツやソーダ、そのほか様々にアレンジして楽しむことができるのもアイスティーのいいところ。トッピングとして定番のミントは、庭や植木鉢に常備しておくのが良いでしょう。いつでも新鮮でさわやかな香りを楽しめます。

※水出し紅茶の長期保存は禁物。1日を目安に飲み切りましょう。水出し専用の茶葉を使う場合は、各製品の説明に従ってください。



暮らしのヒント・・・ コーヒーも水出しでいかが？

苦味を抑えたマイルドな味わいを楽しもう

最近は、専用ポットなども市販され、家庭でも気軽に楽しめるようになった水出しコーヒー。コーヒーの産地・インドネシアで苦味の強い豆のために考案された飲み方とも言われ、マイルドな仕上がりがなるのが特徴です。豆は酸味のきいたアイスコーヒー専用の物を選び、深煎りするのをおすすめです。



暮らしのワンポイント

定期的な棚卸しと掃除で冷蔵庫をキレイに！

いつも物が入っていて掃除のタイミングがつかめない！？

冷蔵庫の清潔を保つには、中身チェックが欠かせません。定期的に全ての物を外に出し、不用品を一掃する習慣を身につけましょう。中身チェックの次は拭き掃除。外部の雑菌を持ち込まないために普段使いのふきんは使わないで、使い捨てのペーパータオル等で行うのが鉄則です。油污れには重曹、水垢にはクエン酸、除菌には消毒用エタノールが効果的。



暮らしのレシピ 紅茶と一緒に召し上がれ スコーン2種

生ブルーベリーとチーズ入りトマト、おやつにも軽食にも！

ブルーベリースコーン

- ▼材料(8個分)
- ⑦ 薄力粉……………250g
 - ベーキングパウダー……………大さじ1
 - 無塩バター……………85g 砂糖……………50g
 - 牛乳……………50ml 溶き卵……………1/2個
 - ブルーベリー(生)……………60g

- ▼作り方
- 準備：バターは1cm角に刻んでおく。
- ①⑦をふるいにかけて、無塩バターを加えてこすり合わせるように混ぜる。
 - ②砂糖、牛乳と卵を合わせて①に加え、ゴムベラで混ぜ、ブルーベリーを加える。
 - ③②がひとまとまりになったら、ラップでくるみ冷蔵庫で1時間寝かせる。オーブンを180度に予熱する。
 - ④のし台に打ち粉(分量外)をして③のをせ、麺棒で2～3cmの厚さに伸ばし、ナイフで8等分に切り分ける。
 - ⑤天板に④を等間隔に並べ、180度で15～20分焼く。

ドライトマトのスコーン

- ▼材料(8個分)
- ⑦ 薄力粉……………250g
 - ベーキングパウダー……………大さじ1
 - 塩……………適量
 - 無塩バター……………40g
 - カッテージチーズ……………60g
 - 牛乳……………60ml ドライトマト……………60g

- ▼作り方
- 準備：ドライトマトはお湯に浸してから刻んでおく。バターは1cm角に刻んでおく。
- ①⑦をふるいにかけて、無塩バターとカッテージチーズを加えてよく混ぜる。
 - ②①にドライトマトと牛乳を加え、さっと混ぜ、ひとまとまりになったらラップでくるみ冷蔵庫で30分間寝かせる。オーブンを200度に予熱する。
 - ③②を8等分にする(ブルーベリースコーンの作り方④を参照)
 - ④天板に③を等間隔に並べ、200度で15～20分焼く。

TOYAスマイル倶楽部事務局
今治市玉川町中村甲677-7
有限会社十弥工務店内
TEL (0898)36-8182
FAX (0898)36-8183
E-mail : toya-info@toya.co.jp