

AZUKI



優しいあふれこあんこを  
パリパリとした皮で包み込む

こだわりのあんこで仕上げるおはぎが人気を呼ぶ、あんこ好きにはたまらないお店。北海道産無農薬小豆と、お腹にもやさしいてんさい糖で作るあんこはまさに絶品。手土産や日頃のおやつにもピッタリな「きりかぶもなか」(180円)は、その名の通り切り株をイメージしたパリパリ食感の皮が、スッパリとした甘さのあんこと相まって、いくらでも食べてしまいそう。

あんことおはぎのお店  
くりこ

吹田市千里山東3-11-6 1F  
営/11時~売り切れ次第終了  
(木・金・土のみ営業)  
日~水曜定休

☎050-3698-0706  
Instagram@ankokurico



「あんこ好きの娘のために作り始めたんです」と店主が語るよう、安心安全な素材にこだわりが光る。2月中旬からは、桜もなかも登場予定。

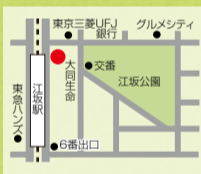
日本茶インストラクターが手掛けの  
冬季限定のエスプーマかき氷

本格的な日本茶を自分で淹れて味わえるカフェ。多種類の日本茶はもちろん、軽食やデザートなどが豊富に揃う。期間限定で登場のかき氷「宇治ミルク金時エスプーマ(ミニ)」(580円)は、マスカポーネの濃厚な味わいが風味豊かな抹茶と絶妙にマッチ。シリアルや小豆なども盛り込まれた、満足度の高い一品。

萌茶 KIZASHI (キザシ)

吹田市江坂町1-23-101 大同生命ビル  
営/8時~19時  
(土のみ~18時まで)  
日祝定休

☎06-6310-1424  
Instagram@moecha\_kizashi



味の深い

あずき

茶道において釜を掛けて湯を沸かす道具「風炉」から、2月6日は抹茶の日。「抹茶」は、カテキンやテアニンなど抗ウイルス・抗菌作用が期待でき、改めて注目されています。そして抹茶との相性も良く、冬が旬の「小豆」もアンチエイジングや冷え性改善、貧血予防などの健康パワーが充実。日本が誇る抹茶&あずきのスイーツで、健やかな冬を過ごしましょう。



ほどよい抹茶の甘みと香りを感じる「抹茶ロールケーキ」(単品420円/セット370円)は、好みの日本茶とセットで味わえる。

アツチャコラム

「抹茶」の完成!



これを石臼で挽いて粉末状にすると...



抹茶の原料となる「碾(てん)茶」

お湯で入れると



一煎目: そのまま  
二煎目: レモンティー風

お茶の種類の一つに「碾(てん)茶」というものが存在します。碾茶とは茶畑に覆いを被せ、日光を遮断して栽培した生葉を蒸してから揉まずに乾燥し、茎や葉脈を取り除いたものです。このように育てること、通常の茶葉よりも旨みの多いお茶となります。この碾茶を石臼で挽いて、粉

末状にしたものが「抹茶」です。抹茶を飲むことで、通常の飲茶では摂取し難い水溶性成分(β-カロテンやビタミンE)なども体内に取り入れられ、茶葉すべてを吸収するため栄養効果が高くなります。そして抗菌・抗ウイルス、その他免疫機能改善などの効果も期待できます。

日本茶インストラクターに教わる  
「抹茶」のアレコレ



日本茶インストラクター  
萌茶KIZASHI店主  
古岡 文男さん



特製のコーヒーゼリーとコラボした「抹茶パフェ」(700円)は、アイスにソースと抹茶づくし。

ポーランド「食器」に惹かれ  
ふわっふわの抹茶ティラミス

根っからの料理好きな店主が届ける日替わりランチは、365日異なるメニューがキュートなポーランド食器で登場。店主が惚れ込んだポーランドのカップで提供される「抹茶ティラミス」(500円)は、まるで緑の大地に芽が咲いたよう。ビターな味わいのふわふわなコーヒー生地と、ほんのり甘い抹茶が相性抜群。

grow cafe

(グロウカフェ)

箕面市石丸1-6-2  
営/8時~17時  
火曜・第3水曜定休

☎072-703-4859  
Instagram@growcafe2018  
https://growcafe2018.jp

