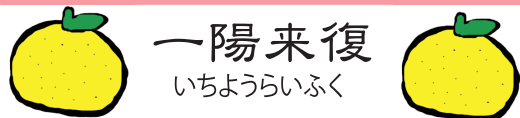


皆様こんにちは。世界珈琲にゆーす担当の、のんです。
「露往霜来 るおうそうらい」字のごとく露の時季が過ぎ霜が降りる季節になりました。寒さも日々厳しくなってきますが今年も、もう少しですので、風邪などひかぬよう元気に過しましょう。



一陽来復

いちようらいふく

今年も残り1ヶ月となりましたが皆様いかがお過ごしでしょうか？

12月21日は二十四節気の一つ冬至です。一年で一番昼の時間が短い日でもあります。北極圏の方では、この時季になるとさらに昼が短くなり極夜(昼間でも薄明かりか太陽が沈んだ状態が続く現象)が起こります。そのため特に暗い日として北極圏の英語を話す地域では冬至のことをミッドウィンターと呼びます。またこの時季の北極圏ではオーロラが最も綺麗に長く見る事が出来る季節でもあります。

南瓜:冬至には南瓜を食べる習慣がありますが、南瓜にはビタミンAが多く含まれており免疫力の強化などに効果があります。なので野菜不足になりがちな冬に向けて体力をつけるという意味があります。

冬至粥:小豆入りのお粥で、小豆の「赤色」によって疫病を遠ざけるという意味があります。これは中国から伝わった習慣で、中国の荆楚(けいそ)地方(長江中流域)の年中行事を記録した荆楚歳時記(けいそさいじき)という書物の「冬至の日赤線をもって日の影を計る。共工の子、冬至に死に疫鬼となり赤を恐る」から疫神が恐れる赤い色の小豆をお粥に加えるようになったそうです。

柚湯:柚湯は美肌効果や冷え性やリュウマチに聞きます。これらの効能は柚に含まれている芳香成分(精油)の働きによるもので、柚の精油には新陳代謝を活発にし、血行を促進させる効果があります。なぜ冬至に柚湯かというと、「とうじ」という読み方にかけ、湯にを使って病を治す「湯治」そして柚も「融通が利きますように」という願掛けからきています。

露往霜来



【分類】 苺 バラ科 バラ目

【学名】 *Fragaria*

苺は江戸時代の終わりごろに日本に伝わり、明治32年頃からフランスの品種が導入されたことで本格的な栽培が始まりました。苺の表面のつぶつぶは種ではなく「果実」でその中に種が入っています。普段食べられている赤い部分はめしべの土台となる「花床(かしょう)又は花托(かたく)」と呼ばれる部分が発達したものです。

ビタミンCが豊富に含まれるので、風邪予防や美肌効果があります。また、ポリフェノールの一種アントシアニンも含まれているので抗酸化作用も期待できます。

花言葉は「尊敬と愛」「幸福な家庭」

世界珈琲にゆーす



WORLD COFFEE

2012
12月号
December
Vol.71

発行所
株式会社
ワールドコーヒー
企画開発課

お家でおいしいコーヒー 淹れてみませんか？

先月の珈琲にゆーすでコーヒーの健康への効果をご紹介しましたが今回は「淹れ方」についてお話ししたいと思います。

コーヒーを淹れるには色々な器具や機械がありますが、全てに共通するおいしいコーヒーを淹れるポイントは1. 鮮度のいい豆を使う2. 新鮮な水を使う3. 衛生的な器具を使う、この3つがポイントになります。

では淹れ方を説明します。今回はペーパードリップでの入れ方を紹介します。

コーヒー豆はペーパードリップの場合、中細引きで大体1人前あたり10～12gが目安です。ドリッパーにフィルターをセットし、コーヒーの粉を表面が平らになるように入れます。

使うお湯は、沸かしたての物を使うと苦味が出やすいので、少し置いて95℃位になった物を使い、粉の中心部から円を描くようにお湯を静かに注いでいきます。粉全体に水分がいき亘るとコーヒーのエキスが落ち始めるので、落ち始めるギリギリの所で注ぐのをやめ約30秒蒸らします。

表面がハンバーグのように膨らんで、粉が沈みかけたら中心から円を書くようにお湯を注ぎ止める。この作業を人数分の量に達するまで繰り返します。ドリッパーの中にお湯が残っていても、人数分の量に達していればはずしても大丈夫です。

自分で淹れるコーヒーは、濃いめにしたり薄めにしたりなど、自分好みの味に調整できるので自分に合ったコーヒーが味わえます。



コーヒーを平らにするとお湯が均等にかかる



中心から円を書くように静かに注ぐ。

Merry Christmas!

今年もクリスマスの季節が近づいてきました。

クリスマスにカフェピーベリー特製のクリスマスケーキはいかがですか？やわらかいスポンジ生地でフレッシュなイチゴと生クリームをたっぷりサンドしたシンプルなクリスマスケーキです。

ご予約期間は12月19日(水)までで、限定30台となっております。ご予約はカフェピーベリー、カフェコロラド府中店・古江店ワールドコーヒー高陽店で受け付けておりますので、用紙に必要事項を記入の上、スタッフまでお申し付け下さい。



※予約数になり次第ご予約を終了させていただきますのでご予約の際は
お早めにお願致します。

※お引取りは、カフェピーベリーでのみとなりますのでご了承下さい。