

輕輕鬆鬆地試泡抹茶看看

抹茶的沖泡，只要稍加練習，就能泡好。

需要準備的物品



簡單的沖泡方法

① 茶粉過篩

先用濾茶網篩過之後，則更容易沖泡。
也可將適量的茶粉放入濾茶網，以茶杓或計量勺直接過濾到抹茶碗裡。



② 準備熱水

若使用在一般商店中能買到的水，請選用硬度較低的軟水。在日本販售的一般天然水，大多為軟水。自來水最好先通過淨水器，如果沒有，請取下煮沸器具的蓋子，保持一定時間的沸滾狀態，以減輕水中的消毒藥水味道。
無論使用任何水，都請一定要先燒開。

③ 一碗抹茶的分量（請依各人所喜好調整濃度和溫度）

抹茶粉量．．．茶杓2勺／茶匙近1勺（約1.5g）／計量勺平匙1勺（約1.5g）

熱水量．．．．．使用涼碗。約70ml。用計量杯也可以。

熱水溫度．．．冬季的話，將熱水倒入涼碗1次。（75～85℃）
夏季的話，將熱水倒入涼碗反覆2次。（70～80℃）



④ 沖泡方法

首先慢慢攪拌，讓碗底的抹茶粉散開。
接著將茶刷從碗底稍微上提，不是繞圈地攪動熱水，而是前後用力擺動手腕。
待出現泡沫後，將茶刷的前端提到泡沫的表面，輕輕擺動，使泡沫變得更細膩。
最後，輕輕提起茶刷，使泡沫在中央隆起。

