

りんせん通信

1
2021

発行：アロマセラピールーム林泉 <http://rinsen-aroma.com>

2021年1月7日発行(通巻第119号)

～花と緑の香りめぐり(おうち編2)～

柑橘の爽やかな香りに包まれて。 おうち時間に、柚子茶づくりはいかが。



柚子とお砂糖があれば、つくれます

2度目の緊急事態宣言が出て、外出がためらわれるこの頃。冬のフルーツ・柚子を使って、シンプルなデザートを作ってみませんか。

飲めば身体が温まりますし、調理中は爽やかな香りに包まれて、とてもいい気分転換になります。

果肉をスプーンで取り出します

材料は、大きめの柚子2個と、砂糖230g(柚子の重さの80%)。柚子を横半分に切ったら、種を出し、果肉をスプーンですくいます。

この日の柚子は果肉がスカスカでしたが、できあがりには全く問題なし。とうが立っていても大丈夫です。



ひたすら皮を薄切りに

参考にしたレシピによると、皮が厚いと、硬くて苦いとのこと。包丁を研ぎながら紙のように薄く切ります。

作業していると、頭のなかがあっぴやになり、日ごろの気忙しいさが遠のきます。柚子の爽やかな香りと相まって、すばらしいアロマセラピーになりました。

果肉も切って混ぜましょう

レシピには、果肉はペースト状にすると書かれていましたが、わたしは房を5個に切り分けました。果肉がゴロゴロして、これはこれで美味しかったです。

最後に、ゆずの皮、果肉、砂糖をすべて混ぜたら、仕込みは完了。一日置くと食べられます。



香りも味も、予想以上

お湯で溶いて飲むのが基本ですが、ヨーグルトやパンと一緒に食べても美味しいです。シーズン中もう一度作りたいと思うほど、香りも味も上々でした。

できあがり量は、直径8.5cmの瓶に2/3ほどになりました。冷蔵庫に保存して、1週間で食べ切ります。

マスク着用をお願い

新型コロナウイルス感染予防のため、店内ではマスクをお付けくださいますようお願い致します。

施術者も、ご来店からお帰りまでマスクを着用致します。

ご理解ご協力の程よろしくお願ひ申し上げます。

おすすめアロマグッズ No.87



ゆず艶や(よーじや)

柚子の天然精油が香るリップクリームです。その他、保湿剤として、蜜ろう、オリーブ油、ホホバ油などが入っています。

使い始めは、香りが薄いかなと思いましたが、けれど、鼻のすぐ下に塗るのですから、これくらいほんのりがいいようです。

香りを楽しみたくて、たびたび塗っていたら、唇が荒れにくくなりました。柚子の香りは、いい習慣もつけてくれます。

編集後記

ツイッターをながめていたら、料理家・なかしましほさんの柚子茶のレシピが目にとまりました。試してみると、とっても美味。そこで、今号で紹介させていただきます。

当記事では、デザートをご案内しましたが、サロンでは、柚子の香りのトリートメントをお楽しみいただけます。高知県四万十川から柚子の精油を取り寄せましたので、ぜひこちらもお試しください。