

～香りと一緒におうち時間(6)～

## スパイスたっぷりの手づくりコーラ、 三寒四温の日々にいかがでしょう。



冷たくても温かくても、おいしい

手作りのコーラが流行っていると聞きました。コーラの元を作っておけば、冷やして飲むのはもちろん、いろんなアレンジが楽しめるそうです。春先は、暖かくなつたと思えば急に冷えることもあります。体温調整のために作ってみることにしました。

スパイスとレモンがあれば、作れます

材料は、写真の通り。ほかに水(250ml)がいります。スパイスは風味を楽しむために、すべてホールで用意しました。なかでもクローブは種が香りますから、準備のときに外皮をハサミで切ります。レモンは皮に芳香成分が含まれるので、丸ごと使いました。



火にかけて、風味を引き出します

上記の材料をすべて鍋に入れて、中火にかけます。沸いたら弱火にして、5分ほど煮ました。火から下ろし粗熱がとれたら、コーラの元のできあがりです。中身を密閉容器に移したら、冷蔵庫で保管し、2週間以内に飲み切ります。

陽気のいい日は、冷やした炭酸水で割る

調合の割合は、コーラの元1に対し、炭酸水が3。飲んでみると、スパイスがしっかり抽出されて、想像以上にさわやかでした。急に暑くなった日など、熱感が静まらずに困ることがありますが、今年の春はこのコーラにたすけてもらおうつもりです。



花冷えの日には、ラム酒とホットミルクで割る

コーラの元(30ml)と牛乳(120ml)を小鍋に入れたら、沸く直前まで温めます。仕上げに、ラム酒(大さじ1)を加えればホットコーラのできあがり。レモンのペクチンと牛乳が合わさって、ヨーグルトのような口当たりです。ラム酒のおかげで小腹の底から温まりました。

### 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.101



バスソルト～さくらの香り  
(クナイブ)

天然の岩塩に、ヤマザクラ花エキスが配合された入浴剤。溶かすと、お湯が薄ピンクに染まります。

ほんのりパウダリーな香りがしますが、全体的な印象はさわやかです。香料には、柑橘系やヒノキ系の精油が調合され、さくらの雰囲気を漂わせます。

### 編集後記

メイン記事でご紹介のクローブ。昔の中国では、このスパイスを嚙んで口臭を消したそうです。わたしも試してみたところ、刺激が強口のかなが痛くなりましたが、市販の歯磨きペーストとは比べ物にならないほど、清涼感で一杯になりました。

クローブの精油は少し独特の香りですが、コーラと同様、柑橘系を合わせると素晴らしいアクセントになります。林泉にご留意していますから、ぜひお試しください。