



自然からの恵み

体にやさしい健康茶

とくち健康茶企業組合では、日本の里山で昔から飲み継がれてきた、体に良いとされる生薬系のさまざまな葉っぱを、飲みやすい健康茶に加工して皆さまへお届けしています。

カワラケツメイに続いて、桑や柿葉、熊笹、はぶ茶、ドクダミ、ヨモギなどの無農薬・自然栽培、採取を少しずつ拡大しており、健全な里山を維持保全するとともに、皆さまへ安心・安全な各種健康茶をお届けしながら、「生薬の里」の実現を目指しています。

様々な種類の生薬を育てながら健康茶に加工して販売しています。



大事に育てたはっばの恵み

カワラケツメイ茶

カワラケツメイ(河原決明)は薬効がエビスグサ(決明)に似ている、河原に多く自生することからこの名前がつけました。弘法大師が健康維持のために愛飲し、全国行脚の際に広めたと伝えられており、弘法茶、ざら茶、まめ茶とも呼ばれています。徳地では江戸時代から健康茶として愛飲されてきましたが、護岸工事や農業等の影響で自生

しにくい環境になってしまいました。そんな中、一人の男性が握りの種をもとに徳地でカワラケツメイの無農薬・自然栽培に取り組み、地域に広めたこともあり、カワラケツメイの減少とともに姿を消していたツマグロキチヨウ(絶滅危惧種II種指定)が再び飛び交うようになり、徳地はツマグロキチヨウが舞う里としても知られるようになりました。



カワラケツメイ茶ができるまで



土づくり

荒れ田を耕して、緑豊かなカワラケツメイの里に生まれ変わらせていきます。水やりもいらず、作りやすい作物です。



畑にツマグロキチヨウの姿が…。ツマグロキチヨウは成虫で冬を越すので冬でも見られます。



手刈り

収穫は昔懐かしい手刈りに「はせかけ天日干し」。乾燥中にはじけたさやから豆がピンと飛んでいきます。



全て手作業の安心とおいしさを皆様へ。



山縣有朋と瘦せるお茶の話

明治末に出版された「長州の天下」には「ザラ茶は肥満した人が痩せ薬として用ゐる。それからあらぬか、一體に長州人は肉附が薄い。元老連を見ても分かる。山縣公はまるで立枯れの木に着物を着せて息を吹き込んだやうな瘦男で…」と記されています。83歳の天寿をまっとうした瘦身の山縣有朋も、カワラケツメイ茶をずいぶん愛飲していたのではないのでしょうか。

おいしいお茶の飲み方

◆手軽に味わいたいとき
急須に茶葉大さじ2杯(約5g)を入れ、沸騰したお湯 500mlを注いでそのまま3分以上蒸らします。

◆しつかりと風味を出したいとき
やかんに水1ℓを沸騰させ、茶葉大さじ2杯(約5g)を入れて3〜5分間煮出します。そのままでも、冷やしてもおいしく召し上がれます。

お茶を活用した健康レシピ



お茶粥

- 米：2合
- カワラケツメイ茶：1つかみ茶袋に入れる
- 水：36ℓ(米の約10倍)

◆つくり方

- ①水を火にかけて、煮立つたらお茶の入った袋を入れる
- ※このときに蓋をこき茶袋をこくとお茶がよく出る
- ②お米を入れ、お米の芯がなくなるまで煮たら火を止める
- ③「ポイント」
- 茶袋はザラリと仕上げ、煮すぎないのがコツ。
- 好んで梅干しを入れたり、季節の物(青そら豆、クリンヒース、さつま芋など)を米の煮え具合を見計らって入れても、この時、良と采の煮上がりが同時になるよう注意。



ゼリー

- ゼラチン：大さじ2杯
- 水：大さじ5杯
- カワラケツメイ茶：600ml(3カップ)
- 砂糖：60g(あればきび砂糖)

◆つくり方

- ①Aをボールに入れて1時間くらいふやかしておく
- ②カワラケツメイ茶を作る
- ③②に砂糖を加えよく溶かす
- ④③が熱いうちに①を加えよく溶かす
- ⑤カップに分ける
- ⑥少し冷めたら花などを飾る
- ⑦冷蔵庫で冷やし固める

桑

大事に育てた桑の葉を、新鮮な状態で一枚一枚丁寧に手で摘み取り、加工しています。桑の葉は、カルシウム、マグネシウム、鉄分などのミネラル、亜鉛、ビタミン、食物繊維を豊富に含んでいます。



はぶ茶

はぶ茶は決明子(ケツメイシ)の生薬名で知られるマメ科の一年草で、漢方をはじめ古くから薬用として利用されてきました。徳地でも研究栽培に取り組み、作付面積を拡大しながら生産量を増やしています。

