

母めし

食材  
ファイル

まめ茶

【発行】株式会社やまもり  
2013年 11月配布



# 毎日飲みたい美味しい健康茶

田舎の風景が目に  
浮かぶ懐かしい味

昔から山陰地方の河原に  
自生するマメ科の一年草、  
「カワラケツメイ」がまめ茶

の正体。まるやかで柔らかい  
味なのに、香ばしさが鼻  
をぬけ、とても爽やかな飲  
み口。和食はもちろん、洋  
食にも合つ、優秀で美味し  
いお茶です。

体が喜ぶ毎日  
健康茶

ポリフェノールの一種であ  
るフラボノイドや、利尿・緩  
下作用のあるアントラキノ  
ン誘導体、そして整腸作用  
のあるタンニンが豊富に含  
まれているそうです。お腹  
の調子を整え、糖尿・肝機  
能低下・高血圧などの改善

に有効とされます。体によ  
くても、飲みにくければ続  
きません。美味しく飲ん  
で、体にもいいなんて、贅沢  
ですね。

無農薬でこの安心

お茶の木とはまた違い、成  
長の早いマメ科植物である  
為、一般的なお茶と比較し  
ても試しやすい価格設定。  
夏は麦茶の代わりとして  
も、毎日のお茶にピッタリ  
です。

## <おいしい飲み方>

1つまみ(15g)ほどを  
ダシパックに入れ  
やかんで5分ほど  
煮出します

アイスにも  
ホットにも!



食材のおはなし



「まめ茶」の他に、たくさんの  
呼び方を持ちます。島根県津  
和野地方では「さら茶」、山口  
県では弘法大師も飲んだとさ  
れ「弘法茶」、カワラケツメイ  
がネムノキに似ていることか  
ら「ネム茶」、浜辺の湿地に多  
く自生することから「浜茶」な  
ど、昔ながらの伝統のお茶だ  
からこそ、地方ごとでいろん  
な名前が親しまれています。

ものつくりの現場

材料は—  
「カワラケツメイ」  
以上。



シンプルな  
製造工程

4月に種を蒔き、8月には収穫します。根ごと収穫したカワラケツメイを、1週間陰干しして、それを3センチくらいの長さに切りそろえて、2日間、天日で乾かします。乾かしたものを最後に炒ると、香ばしさがグッとあがり、美味しいお茶になります。

気候風土に  
溶け合うように

種取り用に少し残しておく、種が秋に熟します。さやの中には翌年用の元気な種がびっしり。こうして、同じ土地で何世代も栽培されることで、植物自身が風土に適した体力をそなえていき、免疫力の高い健康な植物に育ちます。



乾燥させて



炒ると、ざら茶に！



カワラケツメイの種

味

香ばしい爽やかな味  
マメ科ならではのまろやかさ

想い

古くから伝わる  
地元の味

価格

番茶よりも  
リーズナブル！

品質

毎日飲めるお腹  
スッキリ健康茶

注目ポイントはココ！

やまもりの視点



島根県や山口県で昔から親しまれていたまめ茶。山口県岩国市の知り合いの農園さんが作ってくれたのを初めて飲んだ時、クセがなくて、なんておいしい健康茶なんだろうと思いました。

お食事との相性も抜群のまろやかで飲みやすい体に良いお茶です。自然を感じながら飲んだら更に効果メンテナンスね。