

【ビワ茶づくり】

園名：西紀みなみ幼稚園

1



ビワの葉

あまり汚れていない、きれいな状態の葉っぱを収穫します。

2



ビワの葉の裏側には、毛がたくさんあります。歯ブラシなどでこすってきれいに取り除きます。

歯ブラシでこすると、毛がきれいに取れるので、子どもたちは夢中でこすって楽しんでいました。

3



風通しの良いところで、葉っぱがパリパリになるまで、乾燥させます。

10日～2週間程度で乾燥します。

4



乾燥したら、丈夫なビニール袋などに入れて、もんで葉っぱを崩し、小さくします。ハサミで切って細かくしてもいいです。

子どもたちは、パリパリ、クシャクシャと、乾燥した葉っぱを手でもんで崩すのが、楽しそうでした。

5



乾燥させ、細かくしたピワの葉を、フライパンに入れて、弱火にかけ炒ります。こげないように気を付けて、いい香りがたち、少し茶色っぽくなったら火を止めます。



お茶パックに、ピワの葉を入れます。やかんに入れて、煮ます。火にかけて、10分以上とろ火でぐつぐつ煮ます。(沸騰させる。)

7



冬はホットで。夏は冷やして。どちらも美味しいです。色は、オレンジっぽい茶色。味は、あまり癖がなく飲みやすいです。

8



幼稚園で作った時には、給食の時間に試飲しました。

「いいにおいがする!!」

「おいしい!!」

と、子どもたちに好評でした。

ひとつこと (遊びのポイントや豆知識等)

ビワの葉には、高血圧予防や整腸作用、抗酸化作用など、体に良い効果が期待できる成分が豊富に含まれているようです。

年齢 (0歳児 1歳児 2歳児 3歳児 4歳児 5歳児) 季節 (春 夏 秋 冬)
遊び 自然 [植物 虫 その他] 運動 [室内遊び 屋外遊び] 制作
探してみよう 食育 眠育