



紅茶にレモンを入れると、色がうすくなるのはなぜ

紅茶は茶の葉を発酵させて作る

茶の葉から作るものに、緑茶と紅茶があります。緑茶は、茶の葉に熱を加えながら、よくもんで作りますが、紅茶は、もんだ後に発酵させて作ります。茶の葉を発酵させると、茶の葉は、黒っぽい色になり、葉にふくまれている一部の物質が、ほかの物質に変わるので、紅茶は、緑茶とちがう味やかおりがあります。

紅茶や緑茶には、ねむ気をさましたり、尿の出がよくなるようにはたらく、カフェインや、しぶみの原因であるタンニン、という物質がふくまれています。緑茶には、ビタミンCがふくまれています。紅茶は発酵のときに、ビタミンCがこわされてしまい、ビタミンCはふくまれていません。

テアルビジンという色素の量が少なくなるから

紅茶を飲むときに、砂糖のほかにクリームや、レモンなどを入れて飲んだりします。レモンを入れると、紅茶がレモンの酸味とかおりで、さわやかな味がしますが、色がうすくなります。

紅茶に少しの「す」を入れたときにも、色がうすくなります。紅茶にレモンを入れると色がうすくなるのは、紅茶がレモンからとけ出した、クエン酸やリンゴ酸という酸のはたらきで、テアルビジンという色素の量が少なくなるからです。

紅茶を飲むときは、カルシウムや鉄などが少ない水を使います。カルシウムや鉄などが水にふくまれていると、タンニンとはたらきあって、水にとけない物質ができて、色が黒っぽくなり、味が変わります。（監修・青木 国夫）

