

# フレンチプレスでコーヒーを淹れてみよう!



日本では紅茶用としてよく知られるフレンチプレスですが、本来はコーヒーのために作られた器具です。このフレンチプレスを使って、簡単に風味豊かなコーヒーを楽しめる淹れ方を紹介します。

## ●準備するもの

(350cc のフレンチプレスの場合)

- フレンチプレス
- 粉 16 ~ 18g (中粗挽き)
- 熱湯 (沸騰直後の熱湯)
- タイマー



1 フレンチプレスのふたを取り、プランジャーと呼ばれる真ん中の棒を引き上げます。次にポットの中にコーヒーの粉を投入し、表面をならします。



2 タイマーを4分にセットしてスタート。粉全体にお湯が行き渡るようにポットの半分の高さまでお湯を回し入れます。



3 お湯を注いだらそのまま30秒ほど蒸らします。このときに、ガスと粉と液体の3層になっていると理想的です。※ガス量は豆や状態によります。



4 30秒ほどたち全体が落ち着いたら、お湯をポット縁の1.5cm下ぐらいまでゆっくりと回し入れます。



5 プランジャーを上げたままポットにふたをし、そのままタイマーが鳴るまで待ちます。



6 時間になったらゆっくりとプランジャーを押し下げます。このとき、勢いよく下げると吹きこぼれるので注意してください。



7 カップに注げば美味しいコーヒーの完成です。



完成

ちといっしょに飲む一杯が最高に美味しいそうです。

## コーヒーはいつでも気軽に楽しむ

昨今のブームの影響により、コーヒーに対する人々の意識は数年前よりも高くなっています。そのため、知識や技術がないと美味しいコーヒーは飲めないのではないか、と思う人も多いかもしれません。

「確かなより深い知識があれば、コーヒーの世界をよりいっそう楽しむことができるかもしれません。しかし、まずは気負わずにその豊かな味や風味を楽しんでいただきたいですね」

抽出器具もさまざまな種類や形があり、どれを買っていいかわからないという声もよく聞きます。コーヒーをより身近な飲み物とするためには、なるべくシンプルで簡単な方法が良いのです。

「私が家庭で飲む場合におすすめするのはフレンチプレスです。金属製のフィルターのため、コーヒー豆の油分がそのまま抽出されることで豆の特徴が現れた香り高いコーヒーが味わえます。そして、何よりも簡単にコーヒーを淹れることができます。もつと手間なく楽しみたいということであれば、お湯を注ぐだけのドリップバッグやコーヒーバッグでも良いですね。形にとらわれず、ぜひ、豊かで奥の深いコーヒーの世界を味わっていただきたいです」と、丸山さんは言います。

これからの季節、温かいコーヒーに癒される機会が増えると思います。素敵なリラックスタイムをコーヒーとともに楽しんでみてはいかがでしょうか？