

## ♡ 甘酒チャイ

123kcal



### 材料(2人分)

シナモン(スティック)…1/2本  
カルダモン(原形)…2個  
クローブ(原形)…2個  
水…200ml  
紅茶(茶葉)…大さじ1  
甘酒…300ml  
おろし生姜…小さじ1/2

### 作り方

- 1 シナモンを手で半分に割る。カルダモンは包丁で半分ほど切れ目を入れて、中の黒い種を取り出し、すり鉢でつぶして香りを出す。カルダモンの外側の緑のさやとクローブはそのまま使用する。
- 2 鍋に水200mlを入れて、1のスパイスを加えて湯が茶色になるまで弱火から中火で煮出す。
- 3 茶色く煮出したら火を止め、紅茶の茶葉を入れ2分ほど置く。
- 4 3に甘酒を加えて火にかけて、沸騰直前まで温める。
- 5 4を茶こしでこしてカップに注ぎ、おろし生姜を入れて混ぜ合わせる。