

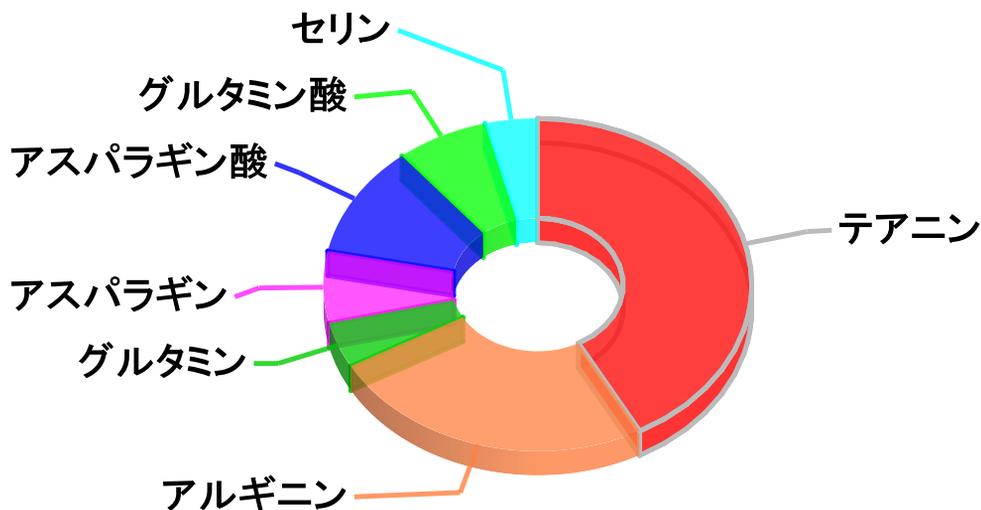
緑茶のうま味成分 テアニン

茶は、うま味成分として遊離アミノ酸を多く含みます。

遊離アミノ酸のうち、主なものはテアニンで、その他にグルタミン酸、グルタミン、アルギニン、アスパラギンなどが含まれます。

テアニンは、全遊離アミノ酸の4割以上を占め、茶のうま味成分として知られています。

抹茶に含まれるアミノ酸の構成割合



テアニンが多い茶

テアニンは茶の根で合成され、それが葉に運ばれて溜まります。

日光を受けるとテアニンは、渋味成分であるカテキンへ変化します。

茶樹に被覆をする玉露や抹茶では、カテキンへの変化が抑制され、旨味が多く渋味の少ない良質なものとなります。

また、気温が低いと、カテキンへの変化が抑制されます。

被覆をすることで、日光を遮るうえに、温度を下げる効果もあって、テアニンが多くなります。

