



今回はなんと!!**飲み物**に関する本をご紹介します!!

なかなか手に取らないような本ですが探して見ると結構あります!今回ご紹介する本だけでなくぜひほかの本も読んでみてください!

R3.12.01 発行

お茶の科学「味・香り・色」を生み出す茶葉の秘密

大森正司

この本は、「お茶のおいしさとは何か」5000年以上にわたる茶のルーツをたどり、その秘密に迫ります。お茶博士が誰にでもできるいつもの煎茶を玉露する淹れ方も伝授してくれます!!

とってもお勧めなのでぜひ読んでみてください!!



やせる!ボケない!メンタルが強くなる!

人生を変えるコーヒーの飲み方

ボブ・アーノット

コーヒーはコスパの高いスーパーフード!飲めば飲むほどいいこといっぱい!

本書は、アメリカの医学博士である著者が、コーヒーの成分に含まれる効果効能をはじめ、実験によってたどりついた、有効成分を多く含んだコーヒー豆の選び方、コーヒー豆の入れ方などを紹介する一冊です。

あなたもコーヒーで人生を変えてみませんか?