

◆はじめに

コーラに対して、あまり体に良くないようなイメージがあり（関係者の方、すみません）、ふだん飲むことはほとんどありませんでした。ところが、テレビで「クラフトコーラ」というものを作っている若者（コーラ小林さん）を紹介しているのを見て、その後、彼の本『イチからつくるコーラ』（参考①）が出たので読んでみて、コーラにとっても興味がわいたのです。はじめは、漢方薬の知識もあるアメリカの薬剤師さんが、元気が出るような薬として作ったこと、材料は柑橘類やスパイスなどだったこと。そして小林さんのお店に行って、そのコーラを飲んでみるととても美味しく元気になった感じがして（注：すぐに影響される、個人の感想です）、さらに本に書かれているレシピで自分でも美味しく作ることができたので、今回分科会で紹介することにしました。

◆コーラのはじまり

コーラといえば、コカ・コーラとペプシコーラが有名です。19世紀の末ごろ、アメリカのアトランタの薬剤師さんが強壯薬として作ったのが「コカ・コーラ」のはじまり。そしてその少し後に、ノースカロライナ州の薬剤師さんが消化不良の治療薬として作ったのが「ペプシコーラ」のはじまり。「コーラ」という名前は、コーラノキの実のタネ（コーラナッツ）をいれていることからつけられたそうです（現在は両者とも、コーラナッツは原材料には使われていないそうです）。

◆コーラノキ（コラノキ）、ヒメコラノキ

アオイ科の常緑高木、原産は西アフリカの熱帯雨林。種子（コーラナッツ）には、カフェインやテオブロミン（カカオ豆にも入っていましたね！）などを含みます。アフリカでは古くから興奮剤、強壯剤としてこの種子を生のまま、かんで利用しており、欧米では薬用として疲労回復に用いられたそうです。

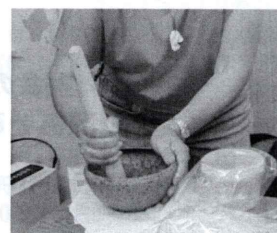
◆クラフトコーラについて

「クラフトコーラ」とは、「職人が作るコーラ」「手作りのコーラ」を表したもので、明確な定義はまだないそうです（そういえば、「クラフトビール」も同じような意味合いですね）。2018年に東京の<伊良コーラ>（コーラ小林さんのお店）とくともコーラ>が販売を始めて、今では日本各地で地元の特産品をつかったものが作られ、大手メーカーも参入して100種類以上のクラフトコーラが売られているとか。最近始まり、広がったものだったのですね（ただし、自家製のコーラを出している飲食店や手作りする愛好家は、以前からあったそうです）。また、かならずしもコーラナッツが入っているわけではないそうです。

◆作り方・飲み方

今回は、『イチからつくるコーラ』にのっている、「<基本のレシピ>」にコーラナッツも加えたもの」を作りました。ここでは大まかな紹介のみとし、詳しくは本をご覧になってください。

まずは、砂糖と水でカラメルを作ります。これは、コーラの色づけのためのものです。そして、鍋に、水、砂糖、カラメル、輪切りにした柑橘類（レモンなど）、スパイス



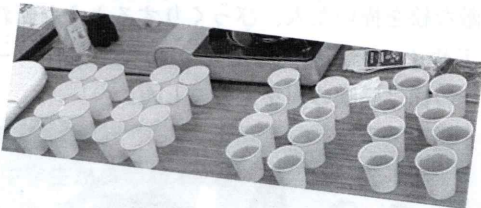
(シナモン、カルダモンなどホールのを、あらく砕くなど下準備した物。この本では7種類使用しています)、コーラナッツをいれ、20分ほど静かに煮だします。その後、鍋にフタをして一晩おいておき、茶こしなどでこすと、コーラシロップのできあがりです。

飲むときは、シロップを炭酸(砂糖の入っていないもの)で割って飲みます。炭酸だけではなく、水や牛乳、豆乳などで割っても美味しいですよ! シロップは糖分が高いので(約50%)、冷蔵で1週間くらいはもちます。

◆分科会では

分科会では、今回作ったシロップ(作りたてと一晩おいたもの)を炭酸で割ったもの、市販のコーラ、市販のクラフトコーラの4種類を用意して試飲しました。

自分達で作ったコーラは格別だったようで、とても喜んでいただきました。私の印象では、一晩おいたものは、味がまろやかになった感じがしました。残ったシロップは、各自家に持ち帰り、ご自宅で楽しんでいただきました。



◆おわりに

コロナ禍以降、子ども達との科学あそびでは食べ物を扱うことが出来なくなり、残念ながら、子ども達とはまだやっていません。でも、何人

かの知り合いにも飲んでもらい、大好評でした。いつか、子ども達ともやってみたいです。

ふだん、こんなに多くのスパイスを使うことはなかったのですが(しかもホールで!)、それぞれの香りが心地よく、また調べてみると、植物としても、また利用法(料理、漢方薬、香料)や歴史なども面白く、興味がつきませんでした。いろいろな材料でも試してみたいと思います。

◆参考

①『イチからつくるコーラ』

コーラ小林/編 中島陽子/絵 農山漁村文化協会 2023年2月

・・・もっと詳しいことを知りたい方は、ぜひ読



んでみてください! コーラ小林さんが、どうしてコーラを作ることができたのかも、すてきなお話です。

②伊良コーラHP <https://iyoshicola.com/>

③クラフトコーラアワー(クラフトコーラマイスターの鯉淵正行さんのHP)

<https://craftcolahour.com/Definition>

④山科植物資料館HP「植物紹介」

<https://yamashina-botanical.com/>

*その他、次のホームページなどでもクラフトコーラのレシピが公開されています。

・ニチレイフーズ お手軽レシピ「クラフトコーラの作り方」

<https://www.nichireifoods.co.jp/media/14351/>

・S & B食品 レシピ「クラフトコーラ」

<https://www.sbfoods.co.jp/recipe/detail/08607.html>

・Foodie(フーディー)(三越伊勢丹グループが運営する食のメディア)

「材料を煮るだけ! 手作りクラフトコーラの簡単レシピ。スパイス専門店が教えます」

<https://mi-journey.jp/foodie/81864/>