

お家でかんたん炭酸水

暑い夏の日、シュワツと爽やかな「炭酸水」が飲みたくなりますね。専用の機械がないと作れないと思いがちな炭酸水ですが、実は、水とクエン酸ナトリウム・炭酸水素ナトリウム（重曹）があれば、作れちゃうってご存じですか？

ちよつと実験気分で、

「炭酸水」作りにチャレンジしてみましよう。



用意するもの

- ・冷水…500ml
- ・クエン酸ナトリウム…7g
- ・炭酸水素ナトリウム（重曹）…7g
- ・ペットボトルの空き容器…2本



※クエン酸と重曹はドラッグストアなどで市販されています。重曹は必ず食用のものを。用。



話を伺ったのは…
福島東稜高等学校 食物文化科
主任 鈴木久美先生(右)
実習助手 高橋瑞香先生(左)



3 キャップをして振り、よく混ぜ合わせる。



2 水250mlを加える。



1 ペットボトルにクエン酸7gを入れる。



5 2つを混ぜたらでき上がり。



4 重曹7g、水250mlでも同様に作る。



サイズキミに合わせて
ハイボールに!



ハルサミコ酢や果汁を加えて、味に変化を付けて。フルーツを入れてデトックスウォーターにするのもおすすぬ。