

日本でマテ茶を購入したいですか？

パラグアイの観光業者と
コンタクトを取りたいですか？

パラグアイについて
もっと知りたいですか？

お問い合わせはこちら

在日パラグアイ共和国大使館

〒102-0082

東京都千代田区一番町2-2

一番町第2TGビル 7階

TEL: 03-3265-5271

FAX: 03-3265-5273



www.embapar.jp



マテ茶

パラグアイ生まれの健康茶

EL TÉ DE PARAGUAY

【南米の飲むサラダ】

ビタミン・ミネラルがいっぱい

抗酸化栄養素も豊富

LA FUERZA DEL CAFÉ,
LOS BENEFICIOS DEL TÉ Y
LA EUFORIA DEL CHOCOLATE



YERBA MATE

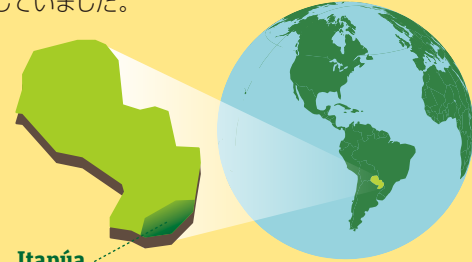
ジェルバ・マテ(マテ茶葉)
【学名: Ilex paraguariensis】

マテ茶はどこから来たの？

マテ茶は、現在のパラグアイ、アルゼンチン北部、ブラジル南部、及びウルグアイ北部に居住する先住民族であるグアラニ族の習慣に起源があります。彼らはスペイン人が入植する以前から、マテ茶を愛飲していました。



Bombilla
ボンビージャ
(専用ストロー)



Itapúa
イタプーア県

マテ茶の文化

家族や職場の仲間、あるいは訪問客をもてなす際にマテ茶を飲む習慣はパラグアイの伝統のひとつです。パラグアイでは老若男女を問わず「テレレ」(水出しマテ茶)がよく飲まれており、これをみんなで囲んで順番に飲む「ルエダ」(茶会)は、人間関係を円滑にする社交の場として広く親しまれています。



Guampa
グアンパ
(マテ茶の容器)

「飲むサラダ」マテ茶を飲んで、健康で元気な毎日を！

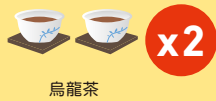
パラグアイの強い日差しの下でも力強く生きる先住民族たちに活力を与えてきたマテ茶には、豊富なミネラルやビタミン、そしてポリフェノールのひとつであるフラボノイドが多く含まれています。

Magnesium マグネシウム



烏龍茶

Calcium カルシウム



烏龍茶

Polyphenol ポリフェノール



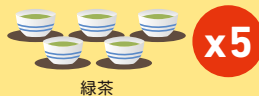
ワイン

Caffeine カフェイン



コーヒー

Iron 鉄分



緑茶

Zinc 亜鉛



緑茶

マテ茶のいろいろな飲み方



Terené
テレレ

お湯のかわりにミントやレモングラスなどのハーブを入れた冷水を注いで飲みます。気温の高いパラグアイでよく飲まれています。



Mate
マテ

マテ茶葉を、小さなグアンパと呼ばれる容器に入れてその上に熱湯を注ぎ、ボンビージャと呼ばれる穴あきのストローで飲みます。



Cocido
コシード

ティーカップに砂糖と一緒に焙ったマテ茶葉入りのインスタントティーバッグと熱湯を入れ、コーヒーや紅茶と同じように飲みます。



日本では…

急須を使って、緑茶と同じ方法でマテ茶を淹れることもできます。

KAI'ARAPE マテ茶街道 マテ茶の産地をめぐるグリーンツーリズム



先住民族であるグアラニ族が「緑の黄金」とみなしていたマテがどのように栽培され、収穫が行なわれ、そして加工後販売されるまでの工程を知ることができます。同時にパラグアイの豊かな文化に触れ、魅力にあふれた観光名所を訪れることができます。



Misiones Jesuíticas
世界遺産 トリニダー遺跡



Yerba Mate マテ茶葉農園



Salto del Monday
モンダウの滝



Tati Yupi
タティウピ

