

す、鏡に微笑んでいたい 40代50代の美容バイブル

特別付録

ory.jp

10th Anniversary

美スト]

創刊11周年号

COVER

板谷由夏さん

タニティフォト
ナミさん
になります！」

すぐ対応できる人が美しい
変わってキレイになった
BEFORE・AFTER

目指すはハート♡フェイス
たるみは削ってハリUP
これが40代からの

マスクで下半顔、
油断してない？

“小顔”道

あのダチョウ抗体が
歯みがき粉に！

ジールの
歯みがき粉大容量

原寸大



SORB'S
TOOTH
PASTE

mint

Pro-balance

Professional Protection against
cavities and discoloration. Giving
you a beautiful and healthy smile.
Cavity Protection + Whitening
Cavity Prevention + Whitening

25g 0.9 oz

大容量
25g 2週間分

デジタル
通販マガジン
「セレSTORY」
第112弾！



欧米のお茶



ロシア

紅茶&ヴァレーニエ

紅茶のおともに
欠かせない自家製の
ジャム=ヴァレーニエ

「ロシアンティー」というと、紅茶にジャムを入れたものというイメージがありますが、手作りのヴァレーニエを口に含みながら紅茶を飲むのが基本。ロシア人はティータイムをとても大事にしていて、わが家には代々伝わる紅茶のブレンドレシピもあるんですよ」

教えてくれたのは…

松野ナターリヤさん

東京・用賀のロシアンビストロ「イクラバル」のシェフ。ナターリヤさんは特製のヴァレーニエ（ミックスベリー、ブルーベリー他季節のフルーツ）はお店で購入することも可能。

上、夏にはヴァレーニエを水で割った「モルス」が定番。各家庭で作るヴァレーニエを食べながら、たくさんの紅茶を飲む。

オルゾ

古代種の大麦を焙煎して
コーヒーのように味わう

見た目も味もインスタントコーヒーに似ていますが、ミネラル豊富でノンカフェイン。イタリアではエスプレッソマシンで抽出するのが定番です。

イタリアに古くから伝わる大麦飲料で、麦を煎って細かく碎いたものをお湯に溶いたりエスプレッソマシンで抽出して飲む。

イタリア



モロッコ

ミントティー

ミントの香りと強烈な甘みが
高い気温と乾燥した風土にぴったり

町中のカフェやレストラン、家庭でも親しまれているミントティー。フレッシュミントと砂糖はとにかくたっぷり。その激甘がいつしかクセになります。

中国緑茶とたっぷりの砂糖、ミントを入れたボットに熱湯を注ぎ、しばらく蒸らせば出来上がり。甘さが夏の疲れを癒してくれる。

お茶の素材はさまざまでも 甘くて飲むのがスタンダード

暑さ寒さに関係なく、甘い飲み物が好きな印象がある欧米。

ティータイムが長い＆回数が多いのも特徴です。また、モロッコの人は

宗教上お酒を飲まないため、嗜好品として甘いお茶文化が発展したという説も。

アメリカ

アップルサイダー

りんごとスパイスが
好相性。ホリデーシーズン
の定番ドリンク



りんごジュースに、シナモン、クローブなどのスパイス、オレンジなど柑橘のピールを好みで加えて煮出し、熱々を飲む。

イギリス

バーリーウォーター

レモンバームの香りが爽やか!
夏にぴったりの「白い麦茶」

日本の麦茶は焙煎した麦を使いますが、英国のそれは精臼した大麦を煮出した、薄い乳白色の飲み物。レモンバームとレモン汁がたっぷりあります。



精臼した麦とレモンバームをとろ火で煮出し、レモン汁、砂糖、ケン酸を加えて煮詰め、シロップ状にして保存。水や炭酸水で割って飲む。

ドイツ

ハーブティー

家族の健康と癒しに欠かせない
多種多様な薬草茶

ドイツでは紅茶よりもハーブティーが人気。普通のマーケットでも多種多様なお茶が並び、嗜好品としてはもちろん、メディカルハーブティーとして常備する人も多いのです。



写真は呼吸器系のトラブルに役立つサルビア（セージ）、リラックス作用のあるリンデン、ジャーマンカモミール。

