

## ミニテーマの紹介（ためしてガッテンから引用）

### コーヒーいれかたの定理

最近、煎りたて挽きたてのコーヒーを買って、自宅でいれる人が増えてきました。しかし肝心のお味は……？ 美味しい気がするけど正直よく分からない。それもそのはず、美味しいコーヒーに欠かせない2つの条件が「コク」と「キレ」。この相反する2つの要素を同時に満たすコーヒーこそが、プロ並みの究極に美味しいコーヒーなのです。コクとキレの正体と、それを両立させるコツを伝授します。

### 手作りクッキーのツボ

「手作りクッキー」は、ただ美味しいだけでなく「作る楽しみ」や「もらう嬉しさ」もある、愛情たっぷりのお菓子。実際に、街頭調査で自分が作ったクッキーに点数をつけてもらうと、平均82点と高評価。でも、プロの作ったクッキーを試食した上で、味を比較しながらもう1度採点してもらうと、評価は一気に急降下。そこで、ガッテンがプロのクッキーを徹底分析。その美味しさの秘密を発見。なんと初めて作る小学生でも、プロ級の味に！。

### クエン酸 本当の健康パワー

クエン酸、ってご存知ですか？ レモンなどの柑橘類や梅干し、お酢などに含まれるすっぱい成分です。最近、体によいとウワサでよく目にするクエン酸、特に疲労回復効果を期待する人が多いようです。ところが調べていくと、これまでの常識を覆すような新事実を発見！ これは一大事、ということで、ほかのウワサ、骨粗鬆症予防に効く？、高血圧予防にいい？、もまとめて大検証します！

### 韓国キムチ料理の真髄

キムチ鍋に豚キムチなど、おなじみのキムチ料理の数々。しかし本場韓国で調べたところ、日本人に意外と知られていないキムチの使い方を発見！ その使い方をすると、キムチ料理が格段の美味しい味になりました！ さらに、キムチを自由自在に使いこなす技もご紹介します。せっかくなら本場の味を！