Pitie a príprava čaju :)

Pitie čaju

V rôznych krajinách sa čaj pripravuje podľa miestnych zvyklostí. Napríklad v Číne sa pije vtedy, keď chce hosť odísť z návštevy. Vzácnym hosťom podávajú čaj, v ktorom plávajú okvetné lístky červených ruží alebo lupene jazmínu. V Mongolsku sa pije čaj s maslom, troškou soli a korenia a vzhľadom pripomína polievku. V Japonsku a Číne pijú len nesladený čaj. V Rusku je čaj národným nápojom a pripravuje sa často v samovaroch. V Japonsku je príprava čaju skutočným obradom. Sedí sa v miestnosti vyzdobenej kvetinami pri tlmenom svetle. Každý zo zúčastnených vypije v priemere vypije 10-15 šálok. V Holandsku sa pije silný čaj, často s hustou šľahačkou a prídavkom araku.

O príprave čaju

Všeobecne o príprave čaju

Na kvalitu a lahodnosť nápoja majú rozhodujúci vplyv: druh kanvice na čaj, kvalita vody, množstvo použitého čaju a čas jeho vylúhovania.

Kvalitný, lahodný čaj pripravíme, ak budeme dodržiavať nasledujúce pokyny.

Kanvica má byť vyhradená len na prípravu čaju a nesmieme ju znútra umývať čistiacimi prostriedkami. Pred použitím ju iba vypláchneme horúcou vodou. Najlepšie sú na sparovanie čaju kanvice z hrubostenného porcelánu, ktoré dobre udržujú teplotu nápoja.

Voda má na kvalitu čaju najväčší vplyv. Musí byť vždy čerstvá, skôr mäkká než tvrdá a hneď po zvarení ju treba odstaviť zo sporáka alebo vypnúť[1].

Na prípravu jemného čaju môžeme použiť aj stolovú minerálnu vodu. Na 1 šálku dávame 1 lyžičku čaju.

Čaj sa nesmie nikdy variť, ale iba lúhovať v zovretej vode! Lístkový čaj treba nechať vylúhovať 5 minút a zlomkový 4 minúty. Dlhšie lúhovanie sa neodporúča.

Hotový čaj sladíme medom, cukrom a dochucujeme ovocnými šťavami, sirupmi, malým množstvom mlieka, smotanou a citrónovou šťavou.

Kto má rád čaj s mliekom alebo so smotanou, nech na jeho prípravu použije zmes indických čajov. Na čaj s citrónom je najlepšie použiť zmes čínskeho čaju.

Na prípravu čaju nikdy nepoužívame kovové čajníky, sitká ani vajíčka na vylúhovanie, ale nahradíme ich náčiním z plastickej látky alebo voľne sypané do šálok.

Čaj podávame vždy čerstvý, nikdy ho nezohrievame!

Správna príprava čierneho čaju

Rôznosť spôsobov prípravy čaju sa odvíja od jeho druhu. Vriaca voda je predpokladom pre uvoľnenie účinných čajových látok. Konvica do ktorej sme nasypali čaj a ten v nej zalievame vriacou vodou by mala byť predohriata, aby vodu neochladzovala. Čajové lístky sa najlepšie rozvinú voľne preliate vodou a potom ich môžeme za pomoci sitka scediť. Na čaj si pripravíme 1 čajovú lyžičku čaju na 1 šálku. Keď varíme väčšie množstvo naraz, tak platí 1 čajová lyžička na 1 šálku a jedna naviac. Všeobecne ale platí, čím sú čajové lístky menšie, tým menej dávame na jednu porciu. Je treba dodržať správny čas vylúhovania, čo je 2-5 minút.

Kvalita čaju

Na Slovensku väčšina ľudí dáva prednosť pitiu porciovaného čaju pred sypaným. príprava sypaného čaju je náročnejšia, ale lahodný pôžitok o to vyšší. Sypaný čaj si zachováva svoju hrubšiu podobu a nie je drtený, ako v sáčkoch. Kvalita čaju je odvodená od jeho pôvodu, voľby lístkov pri zbere, doby zberu, starostlivosti pri spracovaní. Týmito reláciami sa zaoberá v pestovateľských oblastiach ochutnávač[2] a jeho prácu oceňuje čajová burza. Takisto ako u vína aj u čaju existuje široká škála kvalít a cien.

Podrobne o zelenom čaji

Zelený čaj sa od čierneho sa líši tým, že neprechádza okysličovaním, čím u neho nenastávajú žiadne chemické zmeny. Zelený čaj má vysoký obsah vitamínu C. V jeho štruktúre sa ďalej objavuje vitamín A, B, B_{12} a minerálne látky ako draslík, magnézium, meď, nikel, fluór a mnohé ďalšie.

Copyright © 2013 - 2026 Encyklopédia poznania

Spomaľuje starnutiu organizmu, predchádza vzniku zubného kazu, preventívne pôsobí proti rakovine. Na základe vysokého obsahu teínu podporuje činnosť centrálnej nervovej sústavy, odbúrava cholesterol z krvi, vyrovnáva krvný tlak. Podľa najnovších vedeckých štúdií pitie zeleného čaju znižuje nebezpečenstvo rakoviny. Ako perlička sa uvádza, že v letnom období dokáže ochladiť organizmus a znížiť jeho teplotu tela až o 2 °C.

Podrobne o čiernom čaji

Účinok čierneho čaju je daný spôsobom jeho prípravy. Ak čajové lístky necháme vylúhovať 2-3 minúty, do nálevu sa uvoľní tein, podobný kofeínu v káve, ktorý povzbudzuje činnosť mozgu, pričom nezaťažuje činnosť srdca a krvný obeh. Jeho účinok odznieva pomaly. Ak sa nechá vylúhovať 5 minút, dlhšie sa nedoporučuje, uvoľnia sa zároveň triesloviny, ktoré povzbudivý účinok teínu tlmia. Ale zároveň podporujú účinok trávenia, ukľudňujú žalúdok a črevá, blahodárne ovplyvňujú činnosť ciev[3].

Sila čaju

Neviaže sa na dobu vylúhovania, ale na množstve vody a čajových lístkov. Ak necháme čaj vylúhovať dlhšie ako 5 minút, uvoľní sa len viac trieslovín, čaj stmavne, ale na jeho silu to nemá žiadny vplyv.

Degustácia

Prehliadnite si čajové lístky. Všímajte si veľkosť čajových lístkov, obsah prímesí (drevo, stopka), vyblednuté lístky hovoria, že čaj je väčšinou starý. Privoňajte k suchým lístkom.

Čo všetko môžete rozoznať v šálke?

Čaje z Assamu sú tmavohnedé až čierne, z Darjeelingu svetlé až sýto zlaté, ceylonské sú červenozlaté.

Čo sa týka fermentácie, fermentované čaje sú tmavšie. Vylúhované čajové lístky dávajú najlepšiu informáciu o charaktere čaju. Je možno rozpoznať kvalitu zberu a spracovania (lístky by mali byť nepoškodené). Všímame si, či je čaj čistý, alebo sa jedná o zmes. Vo vôni rozoznáme intenzitu arómy a mieru jemnosti čaju.

Chuť čaju

Nechajte si čaj niekoľko sekúnd na jazyku a zistíte silu (bohatosť chuti) čaju rovnako ako mieru vylúhovania trieslovín.

Dĺžka chuti a aróma.

Čím dlhšia, tým je lepší. V priebehu trvania chuti je cítiť mieru čistoty čaju.

[1] Veľmi chlórovanú vodu treba pred prípravou čaju dvakrát krátko prevariť.

[2] Tea taster.

[3] Medzi populárne čierne čaje sa zaraďujú: English Breakfast (čaj zmiešaný s mliekom), Darjeeling (druh himalájskeho čaju s kvetinovou kyticou, vhodný k obedu) a Orange Pekoe (druh cejlónskeho čaju, ktorý je najrozšírenejšie konzumovaným druhom čaju).

Čaje, Príbeh čaju, Čaj

Copyright © 2013 - 2026 Encyklopédia poznania