



Существует древняя легенда, согласно которой чай появился более 2000 лет назад до нашей эры. А что мы знаем о чае в 21 веке нашей эры? Для начала то, что во всех наших разговорах и упоминаниях о чае, в действительности речь идет об одном **растении**. Возникает вопрос: как одно растение может давать разные виды чаев? Оказывается, почти все зависит от места и условий произрастания чайного куста. Высота над уровнем моря, качество почвы и ее структура, погодные условия, и даже то, в какой сезон был собран урожай. После сбора чая окончательный вкус формируется в два этапа.

1. Ферментация (окисление). Процедура «контакта» собранного урожая с воздухом. Зеленый чай (неферментированный) не оставляют на воздухе. Желтый (полуферментированный) пребывает на воздухе порядка 4-7 часов. А черный чай - ферментированный. Его оставляют на воздухе до 12-18 часов, пока листья не начнут выделять сок.
2. Купажирование (составление смеси). Поскольку свойства чая зависят от очень многих условий, то вкус, крепость и аромат нужно стабилизировать. Поэтому опытные мастера составляют смесь из листьев, собранных с разных плантаций.

Во всех городах России - Москве, Санкт-Петербурге, **Оренбурге** наибольшую популярность приобрел черный чай. Его делят на листовую и гранулированный. Различия между этими чаями незначительные. Оба вида могут происходить из одного и того же сырья и обладать одинаковыми вкусовыми качествами. Разница заключается лишь в способе обработки листьев на стадии ферментации. Если листья режут на кусочки, а после скручивают, то получается гранулированный чай. Ему присуща крепость вкуса. Для заваривания достаточно 2 минут. А если листья только скручивают, то получается листовая чай. Такие чаи очень ароматные. Для их заваривания необходимо порядка 6 минут. Выбрать крепкий чай или ароматный - это дело индивидуального вкуса и желания. Хорошо сочетается в себе крепость, аромат и быстроту заваривания пакетированный чай, который приобрел большую популярность во всем мире.

**Чай** не только вкусный, но и полезный напиток. В нем содержится большое количество флавоноидов, которые повышают защитные функции организма. А содержащийся в чае теанин улучшает концентрацию внимания, подавляет напряжение. Главное преимущество чая перед кофе в том, что чай бодрит, но не вызывает нарушений сна, поэтому его можно пить не только утром и днем, но и вечером!

Сегодня на прилавках магазинов очень большой выбор чаев. Чтобы напиток не разочаровал, помните, что главными поставщиками чаев во всем мире являются Индия, Китай, Цейлон и Кения. Правильно выбранный чай сохранит кожу молодой, укрепит иммунитет, улучшит самочувствие и просто поднимет настроение. Выбирайте, заваривайте и...получайте удовольствие!

