

Елена Маслякова

Твоя чайная



Елена Маслякова Твоя чайная

*Текст предоставлен правообладателем.
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=176350
Е.Маслякова Твоя чайная: ЛА «Научная книга»;*

Аннотация

Эта книга позволит читателю не только узнать о всем разнообразии сортов чая и рецептов их приготовления, но также побаловать себя и своих близких новым вкуснейшим ароматным чайком, приготовленным по рецептам, приведенным в данном издании. Помимо всего прочего, читатель сможет окунуться в историю возникновения этого напитка, узнать о древнейших китайских чайных церемониях, а также почерпнуть новые сведения о чайном этикете.

Содержание

Введение	4
Глава 1. История чайных традиций	5
В лучах восходящего солнца	5
Нас много, и мы любим чай	9
Чайная «Кама-Сутра»	13
За три моря	17
Глава 2. Листья, дающие жизнь	20
Глава 3. Чайные технологии	23
Производство черного и зеленого чая	25
Производство желтого и красного чая	29
Глава 4. Черный чай	31
Глава 5. Зеленый чай	34
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Елена Владимировна Маслякова

Твоя чайная

Введение

«Усиливает дух, смягчает сердце, облегчает и освещает тело...» – именно так было сказано о чае в одном из древнейших трактатов. Его целебные свойства и благоприятное психологическое воздействие на организм человека были обнаружены еще в древности. Если перечислить все сорта, способы приготовления и масштаб распространения, то можно сделать вывод, что чай – один из самых широко употребляемых человечеством целебных напитков.

Широкая популярность чая связана не только с содержанием в нем кофеина, но и с тем, что чай является самым лучшим напитком для утоления жажды и оказывает оздоровительное воздействие на организм человека в целом. Многим известно об ускорении кровообращения, усилении потоотделения и нормализации терморегуляции за счет употребления этого напитка, но не каждый сможет назвать хотя бы десяток способов приготовления лечебного чая.

Данная же книга содержит обширную информацию о способах лечения с помощью этого напитка. Кроме того, в нашем издании представлена масса самых разнообразных способов приготовления чая, благодаря которым можно удивить гостей и родственников, предложив им, например, чай по-американски, по-китайски, по-туркменски, по-японски и т. д.

Глава 1. История чайных традиций

В лучах восходящего солнца

Прежде чем начать разговор о японской чайной церемонии, следует отметить, что этот ритуал неразрывно связан с дзэн-буддистской философией. Ведь для японцев чаепитие – это вовсе не будничное занятие, совершаемое машинально и без внимания, но целый ритуал, каждая частичка которого наделена собственным глубочайшим смыслом.

Чайные советы

Чай с медом и молоком лучше всего употреблять в охлажденном виде.

Для его приготовления нужно налить в чашку заварку, залить ее кипятком, а когда чай немного остынет – положить мед и влить немного молока. Если в такой напиток добавить чайную ложку коньяка, то напиток приобретет прекрасные согревающие свойства.

Теперь несколько слов о том, как в Японии зародилась и распространилась чайная церемония. Известно, что чай появился в Японии примерно в IX–X веках нашей эры, однако долгое время он оставался редким, элитарным напитком. Широкое же распространение чай получил благодаря знаменитому учителю дзэн Эйсаю, жившему на рубеже XII–XIII веков. Эйсай привез семена чая из Китая и стал культивировать его на монастырских землях. Помимо культивирования чая, Эйсай написал книгу о нем, которую, сопроводив образцами растения, преподнес в дар сегуну Минамото Санэтомо. Из этой книги стало известно, что Эйсай приписывал чаю целительные свойства и считал возможным применять его как средство против многих заболеваний. Однако в своей книге учитель еще не писал о том, как проводить чайные церемонии, поскольку в это время данное искусство еще только начало проявляться и развиваться.

Первоначально чайная церемония представляла собой прием, который устраивался монахами дзэнского монастыря в честь гостей или (реже) для самих монахов. Основателем чайных церемоний в Японии считается учитель Дайо, живший на рубеже XIII–XIV веков. Он обучал монахов мастерству устройства чайной церемонии, а они, в свою очередь, разъехавшись по стране, обучали других. Так, спустя некоторое время ритуал распространился по всей Японии. Наконец, учитель Инкю обучил технике чайной церемонии своего ученика Суко, который был настолько утонченным человеком, что довел процедуру до возможного совершенства. Суко обучил искусству чайной церемонии сегуна Асикагу Есимасу, великого покровителя искусства, а тот, в свою очередь, оценив всю утонченность ритуала, активно пропагандировал его. В XVI веке два учителя, Дзе-о и Рико превратили чайную церемонию в процедуру, известную сейчас как «тя-но-ю», то есть собственно «чайная церемония».

То общее, что существует между чайными церемониями и дзэн-буддизмом, – это стремление к предельной простоте и минимализации. Как известно, дзэн отрицает все ненужное, наносное, тщательно отыскивая лишние движения тела и мысли и устраняя их. Точно так же чайная церемония устраняет все ненужное и лишнее в жизни человека и во взаимоотношениях между людьми. Если пытаться обозначить дзэн и чаепитие одним словосочетанием, то это будет словосочетание «примитивная простота», охватывающее собой предел простого, тот минимум, меньше которого не бывает. При этом примитивная простота представляет собой не примитив самого бытия человека, но примитив культуры и цивилизованности в нем. Об этом стоит поговорить подробнее.

Как известно, между западной и восточной культурами существуют принципиальные различия во взглядах на окружающий мир и отношения между людьми. Западный человек стремится к отдалению от природы, ставя между нею и собой искусственные образования культуры, техники, государства. Он как будто боится слиться с природой, не хочет вспоминать о том, что сам является ее неотъемлемой частью. Более того, западный человек стыдится своей природности и старается всячески скрывать свою «животность». Для этого он уничтожает на своем теле следы природного происхождения (например, волосы), скрывает свои природные проявления и отправления за стенами спален и уборных.

Восточный же человек не чувствует ничего подобного. Он счастлив своим слиянием с природой и совершенно не испытывает стыда за то, что внутри его все еще продолжает жить животное. Поэтому на Востоке, и прежде всего в Японии, естественные отправления организма и эротика не требуют уединения, а вся культура намного более раскрепощена, естественна, инстинктивна. Это и есть примитивная простота удаленности от современной цивилизации.

Пословицы и поговорки о чае

Коль чаем угощают, значит уважают.

Во время прохождения чайной церемонии, точно так же как и во время изучения дзэн, человек достигает предельной близости к природе. Этому способствует вся атмосфера, в которой проходит церемония: маленький домик под соломенной крышей, минимум убранства, предметы из природных материалов грубых и простых форм, аромат чая, распространяющийся по комнате и являющийся единственным порожденным человеком запахом вокруг.

Хижина для чайных церемоний возводится в самом отдаленном и, соответственно, уединенном месте, например в садике, под раскидистым деревом. Она скрыта от посторонних глаз, но при этом ее очертания всегда таковы, что хижина как бы сливается с окружающим ландшафтом, не выделяясь из него ни цветом, ни резкостью контуров. Слияние хижины для чайных церемоний с природой есть основной момент подключения ума присоединившихся к церемонии к мышлению дзэн, то есть к минимуму мысли, к свободному бытию разума, лишённого пустых и никому не нужных умствований. Именно для этого хижина делается только из соломы – материала, абсолютно близкого к природе и обладающего специфическим естественным ароматом, напоминающим о скошенной траве, солнце, тепле, покое и умиротворении.

Также часто соломенные хижины для чайной церемонии помещают посреди известных во всем мире японских садиков, в которых каждый уголок отвечает идее близости к природе и воссоздает при помощи минимума простых средств природное многообразие и красоту.

Внутреннее убранство соломенной хижины также минимально, но представляет собой совокупность вещей, подобранных с тонким вкусом. Понятия вкуса и шика для японцев отличаются от того, что принято понимать под этими словами на Западе. Если для западного человека шик – это дорогие, роскошные вещи от известных производителей, то для восточного это самые обыкновенные предметы, при соприкосновении с которыми человек ощущает что-то особенное, порождающее прекрасные и утонченные мысли и чувства. Эти вещи обязательно должны быть выполнены из натуральных материалов, например из камней или глины. Как правило, подобные предметы очень просты по форме, но при этом каждый из них рождает в памяти или воображении нечто неповторимое, ассоциации с цветами, запахами, тактильными ощущениями.

Русские традиции

Большое значение в русских семьях придавали воде, в которой заваривали чай. В некоторых селениях за водой для чая специально ходили

на родник. Считалось, что целебная вода из самых недр земли придаст не только аромат чаю, но и излечит от многих недугов. Чай, заваренный такой водой, давали заболевшим людям, при этом обязательно добавляли туда целебные травы и читали молитвы.

В данном случае свойства самого чая имеют немаловажное значение. Чай делает ум более живым и активным, но не одурманивает его, что крайне важно, поскольку вполне соответствует основному принципу дзэн-буддизма – сохранить бодрость духа даже при отсутствии логического мышления. Чай приводит дух в соответствие с четырьмя состояниями: гармонии, благоговению, чистоте и умиротворенности. Соединяясь, они составляют идеальное состояние духа, пребывая в котором, человек достигает единения с природой при простоте и минимуме мысли.

Атмосфера чайной комнаты должна быть впитана каждым человеком, присутствующим на церемонии. Японцы полагают, что все в чайной комнате наполнено нежностью. Известно, что иероглиф, обозначающий вершину всех устремлений на востоке – гармонию, также может обозначать нежность. Каждый предмет, к которому прикасается человек в чайной комнате, наполняет его тело и душу нежностью. Так, взяв в руки чашку, сделанную руками какого-то мастера, хранящую следы его кропотливого труда, покрытую вручную глазурью иногда неровным слоем, вы ощущаете вложенную в нее любовь и нежность, умиротворение и скромность.

В каждой соломенной хижине обязательно помещается курильница для благовоний, запах которых не должен быть резким и удушающим. Напротив, аромат курящихся веществ должен быть едва уловимым и воздействовать на наслаждающихся чаем людей скорее «подсознательно», неявно. Этот аромат должен пронизывать собой каждый сантиметр пространства, делая его как бы осязаемым, обволакивающим, согревающим, умиротворяющим. Занавеси на окнах должны быть нежных оттенков, а ткань, из которой они изготавливаются, – обязательно натуральной. Сквозь занавеси проникает мягкий, успокаивающий глаза свет, под воздействием которого человек настраивается на созерцательный лад. Посреди соломенной хижины располагается очаг, в котором горит огонь, раздуваемый нежным ветерком, проникающим сквозь занавеси. На огонь ставится железный чайник, в котором кипятится вода для заваривания чая.

Во время чайной церемонии между людьми, принимающими в ней участие, возникает своего рода духовное родство и слияние, недостижимое в обычной жизни. Во время чаепития люди не разговаривают о своих делах и не кичатся своими чинами и богатством. Вместо этого они, проникаясь атмосферой простоты, свойственной мышлению дзэн, на время церемонии отрешаются от всего мирского, забывают о различиях в положении и просто общаются как равные, то есть как дети одной матери-природы. Все присутствующие на церемонии относятся друг к другу с равным почтением, уважая окружающих не за чины, а за то, что они – равные по природе человеческие существа.

Из жизни великих

Как известно, в 1922 году на так называемом «философском пароходе» из советской России были высланы все знаменитые мыслители страны. Много лет спустя, вспоминая о том, что они оставили на родине, состарившиеся во Франции и Германии, они говорили о вечерах в дореволюционном Петербурге, где за чашкой чая можно было собирать друзей и беседовать на темы религиозной философии.

Когда в чайнике закипает вода, присутствующие вспоминают о звуке ветра, пронесшегося над полями. Когда вода разливается по чашкам, ее звук напоминает о горных ручьях и потоках. Когда чашки берутся в руки, их поверхности напоминают о скалах и камнях, лежа-

щих в определенном порядке посреди сада. Все эти ощущения просветляют разум участников церемонии, делая его восприимчивым к нежности и умиротворению. Все, что нужно человеку в такой атмосфере, – это окончательное прояснение ума через неспешное дегустирование чая.

Таким образом в душе присутствующего на церемонии происходит слияние земного и божественного, все пять стихий сливаются в едином порыве, который не является движением, а напротив, есть пребывание в покое, созерцании, умиротворении. В процессе чаепития человеку раскрывается некая высшая реальность, которая не может быть познана неподготовленным умом. Только обретя действительно дзэнский настрой, можно познать истину во всей ее простоте и безыскусности.

Нас много, и мы любим чай

Русские традиции

Традиция пить чай с лимоном появилась лишь в XIX веке, когда этот цитрусовый начали завозить из соседних государств. Обычно лимон резали дольками и клали на тарелочки-лимонницы с небольшими углублениями, слегка присыпав его сахаром. Каждый человек брал себе дольку и помещал в чашку. Потом этот лимон съедался. По современному этикету, сидя в гостях за чашкой чая, не следует вынимать руками или ложкой дольку лимона из чашки и съедать его, это считается проявлением дурного тона.

Как говорят на Востоке, «напрасно обучение без мысли, и опасна мысль без обучения». Поэтому обращаясь к особенностям китайской кухни, можно узнать не только тайны экзотического вкуса, но и познать даже, казалось бы, через такие приземленные и обыденные вещи, как еда, целую философию жизни другого народа.

Сколько раз каждый человек со своими гостями после праздничного ужина или просто так, в скромной и уютной обстановке, но с одним желанием – получить удовольствие от дружеского общения с друзьями – распивал горячий чай. И многим уже, наверное кажется, что чай – это исконно русский напиток, настолько привычен и естественен он в нашей жизни. Однако это не совсем так. Действительно, в России давно существует этот напиток, но раньше он не был известен русским людям в том виде, в котором мы употребляем его теперь. В старину в России чай готовился из лесных трав и считался скорее лечебным напитком. Настоящий же чай был завезен к нам из Китая – страны, в которой этот напиток возведен в ранг ритуальных.

Вообще, это довольно интересно и поучительно – обратить внимание на существующие мифы и легенды о разных напитках. Вспомним, в Древней Греции вино, например, считалось божественным напитком. Греки поклонялись и приносили жертвы в знак уважения богу Дионису, покровителю виноделия и виноградарства. В Китае, Индии и Японии напитком, который несет в себе частицу божественной благодати, считается чай. В восточных странах существует даже миф о том, как появился этот напиток. Легенда гласит, что когда одно древнее божество проснулось от многовекового сна в священном саду, то обронило на землю свою ресницу. И вот на том месте, куда эта ресница упала, вырос необычный куст. Так появился чай.

В Китае письменный источник, где впервые упоминается чай, датируется IV веком до н. э. Отмечалось, что ранее он употреблялся только как лечебный напиток, но со временем китайцы изучили эту культуру и нашли ей более широкое употребление. С тех пор чайные церемонии занимают особое место в жизни китайцев. Мы уже отмечали, что главное отличие русского чаепития от китайского состоит в том, что это не просто трапеза, а ритуал, в котором каждая деталь имеет свое символическое значение: от цвета и формы посуды до сорта самого напитка.

Например, красный чай в Китае считался исключительно церемониальным напитком, когда-то его подавали только на приемах у императоров. Этот сорт обладает многими полезными свойствами, и среди главных его достоинств отмечали: целебное (оздоровительное) воздействие на организм человека, а также стимулирующий эффект – не случайно китайцы называют чайные напитки «огнем жизни». Следует заметить, что китайцы достигли исключительных высот в искусстве приготовления чая, в частности, лучше всех научились ароматизировать его. В некоторых случаях аромат китайских чаев способен сохраняться в течение нескольких лет. Но особенно ценится китайцами зеленый чай с добавлением жасмина.

Пословицы и поговорки о чае

Чай пить – не дрова рубить.

Отметим еще один интересный факт: часто люди обращают внимание только на то, по какому случаю и каким образом подают тот или иной напиток. Однако в восточных странах большое внимание уделяют самому процессу приготовления – это тоже своего рода необходимый, полный тайн и загадок ритуал. Считается, что полезные качества продукта лучше всего раскрываются, когда к процессу приготовления относятся столь же внимательно, как и к качеству продукта. Оказывается, большое значение имеет и то, с каким настроением, творческой изобретательностью и энергией хозяин или хозяйка готовят различные блюда и напитки для своих гостей.

Чайные советы

Чай можно подсластить жженым сахаром. Для этого сахар следует некоторое время подержать на слабом огне, положив его в сотейник с толстым дном и слегка смочив водой. Когда продукт приобретет коричневый цвет, его можно считать готовым. Вкус напитка со жженым сахаром несколько отличается от обычного чая и наверняка понравится многим.

Поэтому не будем удивляться тому, с какой тщательностью и даже мудростью китайцы подходят к приготовлению чая. Процесс начинается, в первую очередь, с выбора воды, которой этот чай будет завариваться. Считается, что вода должна быть чистой и мягкой, и далеко не все природные источники обладают такими качествами. Вот как об этом рассуждают сами китайцы: «Горная вода – высшая, речная – средняя, колодезная – низшая». Когда-то почти во всех городах Китая продавали воду, специально привезенную с гор. Но все-таки самой лучшей водой для приготовления чая китайцы считали воду, полученную из снега, выпавшего весной на только что распустившиеся цветы персика или сливы.

Древнекитайский мудрец, которого звали Ло-Юо, описывал семь видов воды для заварки этого напитка, поскольку был уверен, что как бы тщательно ни соблюдалась технология приготовления чая, если в воде не сбалансированы все необходимые составляющие – соли, микроэлементы, хорошего чая не заварить.

Способ кипячения также очень важен, но основным моментом для приготовления хорошего чая китайцы считали посуду, в которой он заваривается. Как правило, для этого используют фарфоровую посуду, ведь она долго сохраняет тепло, а главное – является экологически чистой. Раньше китайцы заваривали чай не в чайнике, а в специальном сосуде с крышечкой и только примерно с XVI века перешли на заваривание чая в гайванях. Это специальные чашки типа пиалы объемом всего 200–250 мл, но с резким расширением в верхней части.

В гайвань кладут две щепотки чая и заливают не крутым кипятком, а кипяченой водой определенной температуры. Один китайский мудрец в своем трактате описывал около шестнадцати стадий кипячения воды, предшествующих заварке, но главное – соблюсти два условия: вода не должна перекипать, но и не быть просто теплой. Кстати, это правило распространяется и на процесс заваривания самого чая. После того как чай заливали водой, его ставили на угли и ждали, когда появится шум кипящей воды, который китайцы сравнивают с «шумом сосен». Затем снимали крышку и, увидев в воде небольшое волнение или так называемый «глаз краба», сосуд тут же снимали с огня. А если волны оказались большими и звук исчез, чай считался уже переваренным, так как от передерживания кипятка аромат рассеивается. Далее чай настаивали и уже только после этого переливали в чашку.

Чай китайцы пьют горячим, маленькими глотками, без сахара и специальных приправ, которые, по их мнению, искажают истинный вкус и аромат этого напитка. У китайцев существует еще одна интересная особенность в употреблении чая. У нас принято считать, что чай,

заваренный несколько раз, теряет свои вкусовые качества и даже вреден. Однако у китайцев на этот счет есть особое мнение. Выпив 3/4 содержимого гайвани, оставшуюся четверть настоя вновь заливают кипятком. Повторные заваривания китайцы могут производить до четырех раз. При таком заваривании настой становится слабее и более светлого цвета, но все такой же ароматный. По мнению китайцев, настоящий вкус чая проявляется после второй или третьей заливки.

Чайные советы

Перед тем как заваривать чай, заварочную посуду непременно надо обдать кипятком. Это делается для того, чтобы нагреть посуду, удалив таким образом из нее застоявшийся воздух и образовавшиеся запахи.

Но может стоит задуматься, почему в Китае так много говорят о церемониальности, многочисленных ритуалах, даже, казалось бы, в таких простых вещах, как чайная трапеза. Ответ можно найти, если обратить внимание на особенности сознания и характера китайцев. Наверное, никто не станет спорить, что даже в современном обществе очень большое влияние на жизнь людей, политическое устройство государства имеет религия. В Китае существует несколько религий, преобладающими из которых являются буддизм, даосизм и конфуцианство. Китайцы одновременно могут быть буддистами и конфуцианцами, в этом нет никакого двуличия, напротив, каждое учение гармонично дополняет другое. Например, многочисленные церемонии и ритуалы обязаны своим происхождением конфуцианству, так как в его основу ставилось нравственное самосовершенствование человека и соблюдение норм этикета.

Китайская нация представляет собой загадочное и своеобразное явление в истории и является одной из старейших из всех существующих народностей. Например, среди разнообразных и выдающихся черт характера этого народа выделяют поразительное «равнодушие» к жизни. В данном случае имеется в виду их склонность к рациональности: сухой расчет, стремление к неизменности существующего положения вещей, приверженность традициям, боязнь новизны в любых проявлениях. Возможно, некоторые назовут китайцев неисправимыми конформистами, но не стоит забывать, что в старинные традиции и церемонии вложена огромная мудрость предков, которую со временем люди забыли или утратили, сохранив только лишь внешнюю форму.

Постигая истинную мудрость, знание и одновременно стараясь проводить их в жизнь, Конфуций создал учение о нравственности, которое сопровождал целым рядом церемоний. Основным принципом этой нравственности является отсутствие увлечений, равновесие в деятельности – одним словом, соблюдение золотой середины во всех поступках. Конфуций считал, что невозмутимость и спокойствие – это качества нравственного совершенства, к которому должен стремиться каждый человек, жаждущий духовного развития.

Из жизни великих

Известный композитор эпохи барокко Фридрих Георг ван ден Боденмайер был страстным чаевником, несмотря на то, что чай в те времена был напитком достаточно редким. Будучи в чести у придворной знати, заказывавшей у него дивертисменты для приемов и балов, композитор в качестве оплаты требовал коробочки из драгоценных металлов, наполненные редкими сортами чая.

Учение о середине также определяет и внешний быт народа, его образ жизни. Конфуций создал целый ряд обрядов и церемоний только для того, чтобы укоренить свое учение в умах людей. По мнению китайского философа, церемонии являются сдерживающим началом, благодаря чему человек знает, как ему надо поступать в определенное время и при определенных обстоятельствах. Конфуций говорил, что церемонии утверждают порядок между

людьми и присущи человеку от рождения, а не составляют только искусственную внешнюю форму.

Понять значение и сущность многих обрядов довольно сложно, так как мировоззрение людей со временем меняется и то, что было естественным и актуальным для людей прошлых поколений, современным людям кажется сказкой и суеверием. Так, например, Конфуций продолжал поддерживать все древние обряды, касающиеся поклонения духам природы, которых, по его мнению, существует огромное количество. У него даже есть такое высказывание: «Когда думаешь, что поступки и дела твои никто не видит, знай, за тобой постоянно наблюдает множество духов».

Но основным фундаментом, на котором Конфуций строил все обряды и церемонии, является почитание своих праотцов, родителей и вообще старших. Поэтому в древности чайные церемонии всегда открывали почтенные и знатные люди. По ритуалу, император первым пригублял чай из пиалы, которую ему преподносил слуга, и только потом к императору присоединялись гости и верноподданные. Чайный ритуал всегда проходил в молчании, чтобы подчеркнуть таинственность и торжественность обстановки. Жители современного Китая употребляют чай так же, как и в любом другом государстве – без особых церемоний (дома, на работе, в кафе), разве только что в большем количестве, поскольку считают его традиционным напитком. Однако по праздникам или в случае торжественных приемов именитых гостей употребление чая обязательно превращается в пышную церемонию.

Пословицы и поговорки о чае

Сколько в чай ложек сахара кладешь – столько заветных желаний имеешь.

В заключение отметим, что Конфуций считал необходимым сохранение и соблюдение различных традиций и ритуалов, так как видел в них лучшее средство дать покой государству, а вместе с последним – и благосостояние народу, и чайные церемонии играли здесь не последнюю роль.

Чайная «Кама-Сутра»

Люди все время стремились отыскать в природе такой напиток, который бы согрел не только их тело, но и душу, вселяя бодрость, оптимизм и поддерживая здоровье. Таким напитком оказался чай. Зеленый и черный, красный и желтый – все разнообразие сортов и оттенков, какое только можно представить. Первым чайные традиции начал осваивать Восток.

Здесь всегда выращивали чай, эти зеленые, нежные лепестки собирались очень тщательно. Маленькие и большие чайные плантации обрабатывались жителями Востока с древности. Они придавали чаю очень большое значение, так как умели ценить его свойства и приятный вкус. Они нашли в этих листиках не только приятные вкусовые качества, но и цвет, который можно сравнить с золотом, и лечебные свойства, и многие другие качества. Чай во многих странах Востока стал самым популярным, просто незаменимым напитком.

Цейлон и Индия. Эти страны ценят не просто чай как напиток, они видят в нем душу, которая согревает человека своим теплом. Индия и Цейлон уже давно славятся своими чайными плантациями, они очень бережно и ласково относятся к каждому собранному листку, который проходит довольно много процессов, перед тем как попасть на стол в виде золотистого, зеленоватого или красного напитка. Чай сушат по определенной технологии, перебирают, и только потом он попадает на стол.

Однако так было не всегда. Сначала люди просто собирали чай, готовили из него напитки, но со временем употребление чая стало в этих странах настоящей традицией. К нему стали относиться, как к напитку богов. Порой он даже играл роль миротворца в церемониях. Со временем стали складываться определенные традиции заваривания чая и его подношения. В средние века каждый жест играл роль, каждое движение говорило о чем-то посвященному.

Если человек желал показать свое расположение, то он подносил чай своему оппоненту. Цвет чашек, их форма и многое другое играло важную роль в чайных церемониях. Количество чая в чашках также довольно важно, даже цвет чая говорил о многом. В наше время некоторые традиции приняли другую форму, но зато появились и новые, не менее интересные.

Национальным напитком в Индии считается охлажденный чай. Это сейчас каждая чайная оборудована кондиционером, а раньше на жаре, доходящей практически до 50 °С, было просто невозможно обойтись без глотка холодного чая с лимоном. Поэтому и стал национальным напитком чай со льдом и лимоном.

Русские традиции

В Россию чай привозили из таких стран, как Китай, Индия и Цейлон. К наилучшим сортам относили тот чай, который перенес длительное путешествие. Жители России к таковым причисляли «караванный» чай. Его везли из Китая караванными путями на верблюдах больше года. В дороге чай третьего сорта превращался в продукт высшего сорта. Дорого ценился чай, привезенный из Индии или с Цейлона на парусных чайных клиперах, огибавших Африку, и попадавший к нам через Ла-Манш или Средиземное море. В пути чай креп, набирал аромат и приобретал особо тонкий вкус. Господа из состоятельных семей специально заказывали себе такой чай на год вперед.

В современной Индии чай пьют как горячим, так и охлажденным, а заваривается он следующим образом. В чашку засыпают 1 1/2 ч. л. сухого чая и заливают его кипятком, затем настаивают в течение 3–5 минут, в зависимости от того, какого цвета должен быть настой.

Более светлый и ароматный получится при 3-минутном настаивании, а для получения более крепкого и терпкого настоя нужно подержать его чуть дольше.

В это время в сосуд емкостью примерно 1/2 л кладут несколько кубиков льда, заливают его горячей, настоявшейся заваркой, кладут дольку лимона или добавляют лимонный сок. Подают такой чай в высоких чашках в качестве прохладительного напитка. Лимон иногда нарезают целиком или просто выдавливают из него сок. Чай получается довольно кислый, но именно это спасает от жары. К тому же в бокал можно добавить еще несколько кусочков льда, чтобы чай был совсем холодным. Пьют его очень маленькими глотками, наслаждаясь вкусом и ароматом.

Но самое важное для настоящего индуса в чае – это качество воды. Такое отношение к воде пошло еще с древних времен, от йогинов – древних мудрецов, которые говорили, что вода является одной из пяти самых главных природных стихий, благодаря которым живет человек. Она являлась, по их мнению, второй по значимости после воздуха. Вода питала все живое на планете и давала жизнь многим существам, которые в ней обитали. Но, как известно, жизнь дается только от чистой руки, соответственно, и вода должна быть чистой и свежей.

Традиционное почитание воды дошло и до наших дней. Индусы относятся к ее качеству очень серьезно и внимательно. Для получения самой чистой и приятной на вкус воды они переливают ее из сосуда в сосуд по нескольку раз, причем сосуды используются разные. Вода при переливании насыщается кислородом, находящимся в воздухе. Именно такую воду в Индии и на Цейлоне используют для приготовления чая.

Ритуал приготовления чая в Индии во многом связан именно с качеством воды. Ее выбор и подготовка во многом способствуют той разнице качества чая, которой желают добиться. Индусские мудрецы говорят: «Вода для чая должна быть настолько чистой, чтобы она не имела собственного вкуса, который затмил бы вкус самого чая. Любая другая вода для приготовления чая не годится». Поэтому в Индии и на Цейлоне стараются для церемониальных чаепитий запастись водой из горных речек, с каменистым или песчаным дном, чтобы она была действительно кристально чистой. Прекрасно подходит и ключевая, но она ни в коем случае не должна быть минерализованной, поскольку это сильно снижает качество и вкус чая.

Один из ритуалов заваривания чая в Индии таков. Заварочный чайник, желательно фарфоровый, предварительно обдают кипятком, затем прокаливают на огне. Только после этого в него кладут чай. Это может быть как черный, так и зеленый чай. Его порция довольно велика, даже больше, чем в Англии. Примерно 1 1/2 ч. л. на каждую чашку, но иногда кладут и по 2 ч. л., и столько же на чайник. В этом случае чай получается более крепким, и его не нужно настаивать слишком долго, ведь это приводит к снижению его вкусовых качеств и отнимает драгоценное время.

Чайные советы

Чай с ликером наверняка придется по душе даже самым избалованным гурманам. Для его приготовления в чашки вместе с заваркой нужно наливать примерно 50 г ликера. Будет неплохо, если для такого напитка в заварочный чайник будут добавлены мелко нарезанные лимонные корочки.

Чай готовят не более чем на 2–4 стакана, более крупные порции заваривания нарушают традиции ритуала. Если же в церемонии участвует большее количество людей, то используется несколько заварочных чайников. Чай настаивают в течение 4–5 минут, затем один из присутствующих, обычно это женщина, хозяйка дома, берет чайник и разливает напиток по чашкам. Поскольку чай заваривают сразу порционно, то его не разбавляют. Поднося чайник к чашке, хозяйка спрашивает, будет ли гость пить чай с молоком или без него. В случае

положительного ответа она оставляет немного места и для молока, которое подается так же в горячем виде. Его подают в глиняном или фарфоровом сосуде, чтобы оно не остывало. Также к чаю обязательно подают тонко нарезанный лимон.

В горных районах Индии предпочитают пить чай с молоком, как и в Англии. Но все же лучшие сорта, достойные того, чтобы на них даже жители этой чайной страны обратили внимание, пьют безо всяких наполнителей, часто даже не кладут сахар, который, по мнению ученых, не только снижает вкусовые качества, но и способствует расщеплению некоторых питательных веществ, находящихся в чае.

В Индии существует и церемония, посвященная новому сорту чая. Это очень важная церемония, ведь каждый новый сорт достоин, чтобы его изучили и рассмотрели. Данный ритуал делится на несколько частей и занимает практически весь день.

Первое чаепитие начинается утром. Желательно, чтобы участники не были сытыми, поскольку это не даст им понять истинный вкус чая. Женщины заваривают первый раз чай примерно в пропорции 1 ч. л. на 200 мл воды и 1/2 ч. л. на сам чайник. Заваривают чай на 5 порций, чтобы весь аромат сконцентрировался в этом количестве воды. Как уже говорилось, вода играет очень важную роль, но в данный момент для церемонии могут брать даже дистиллированную или ионизированную воду. Настаивают чай в течение 3 минут, при этом настой получается нежного светлого оттенка.

Чай разливают в маленькие чашечки. Он должен быть не очень горячим, чтобы можно было распробовать его аромат и вкус. Пьют его очень медленно, смакуя каждый глоток. К тому времени, когда в чашке остаются один-два глотка, он практически остывает, что дает возможность распробовать его вкус при разной температуре. Второй этап практически не отличается от первого, с единственной разницей, что в этот раз чая кладут двойную порцию, в этот этап проверяется его истинная крепость, цвет, вкус и другие качества.

Чайные советы

В горячий чай можно добавить немного растопленного шоколада, и тогда этот напиток прекрасно подойдет к десертному столу. К нему можно подать подогретые сливки.

Третий этап заключается в том, что в чай кладут разные добавки. К примеру, это может быть молоко, лимон, ягоды, специи. Этот этап самый длительный, так как участники должны распробовать все добавки и вынести свое мнение о том, с чем этот сорт сочетается лучше всего.

Индийские чаи очень хорошо подходят для того, чтобы пристраститься к этому напитку. Их вкус настолько же нежен, насколько нежны лепестки лотоса или волны Индийского океана на рассвете. По этому поводу существует одна легенда.

Однажды в океане разразился такой шторм, что волны покрыли чуть ли не всю землю, они принесли с собой семена одного неизвестного растения. Оно проросло на благодатной почве, и появился странный куст с нежными зелеными листьями. Люди боялись его есть, но нашелся один смельчак, он пришел к правителю и говорит: «Я попробую, что это за растение и ядовито ли оно, но если я выживу, то разреши мне, правитель, стать первым, кто начнет выращивать эти кусты, конечно же, после тебя».

Правитель согласился на столь мудрое предложение и разрешил этому человеку попробовать листья неизвестного растения. А когда тот попробовал его, то на вкус растение оказалось очень горьким и человек приготовился к смерти, но, о, чудо! Он начал выздоравливать от тяжелой болезни, от которой он уже давно страдал. Когда же он съел листья этого растения во второй раз, то практически исцелился.

С этой новостью он пошел к правителю и сказал, что он выздоровел, пробуя растение, но оно настолько горькое, что его очень неприятно есть, а вот если его залить водой, то

получается очень приятный напиток. Человек принес с собой этот удивительный целебный напиток. Правитель попробовал его и произнес: «Ай, хорош!» Но в этот момент он нечаянно чихнул и получилось: «Чай хорош!» С тех самых пор и стали называть этот напиток чаем. А умный человек стал выращивать зеленые чайные кусты на плантациях своего правителя. Он прославился тем, что первый попробовал листья.

Русские традиции

На рождественские и новогодние праздники в старообрядческих семьях чаю придавали особое значение, особенно молодые девушки. Они собирались вместе на чаепитие, наливали себе чай в пиалы вместе с заваркой и пили его, загадывая при этом желания. Затем по оставшимся на дне пиалы чайкам они гадали на будущее, определяли себе женихов.

За три моря

Традиции чаепития существуют на Руси уже очень давно. В дореволюционной России был принят обычай в знак особого расположения к гостю приглашать его «на чай», «к самовару», когда гости и сами хозяева с удовольствием пили чай чашку за чашкой.

В Россию и в Европу чай попал практически одновременно. Этот напиток стал одним из удачных приобретений эпохи великих географических открытий и был завезен португальцами приблизительно в 1517 году. Примерно через сто лет им стали торговать голландские купцы, и так постепенно продажа и употребление чая стали распространенным явлением в европейских странах.

Что касается России, то в 1637 году царь Михаил Федорович отправил в Монголию послов во главе с Василием Старковым. Богатые подарки россиян понравились монгольскому правителю Алтын-Хану, он милостиво принял послов и даже устроил в их честь торжественный обед, на котором русские впервые отведали терпкий зеленый напиток, называемый «цаем». Следует отметить, что напиток им не понравился, и когда среди «ответных подарков» они обнаружили тюки с «цаем», то возмутились и стали просить заменить его тканями. Замены не произошло, и в 1638 году три пуда чая попали в Россию. Известно, что сначала «монгольский напиток» приготовил и опробовал придворный лекарь, а затем дал заключение о его пригодности к употреблению. Царю и боярам напиток пришелся по душе.

Но после царевича Алексея Михайловича о чае позабыли. В 1675 году в Китай к цинскому императору было направлено посольство во главе с переводчиком посольского приказа Н. Г. Спафарием для урегулирования пограничных проблем на Дальнем Востоке, подписания торгового соглашения и установления дипломатических отношений. Посольство успеха не имело, зато среди привезенных товаров оказалась большая партия чая. Так чай появился в России во второй раз.

Регулярно же чай стал поступать из Китая лишь после подписания Ф.А. Головиным Нерчинского договора в 1689 году. А позднее чай стали привозить в Россию азиатские и европейские торговцы.

Поначалу чай, привозимый в Россию из Китая и других стран Востока, стоил очень дорого. Было несколько причин, которые объясняли его высокую цену. Прежде всего способы выращивания и переработки чайного листа были весьма дорогостоящими и, кроме того, держались в строгом секрете. А во-вторых, чтобы попасть в Россию, чай проделывал долгий путь через монгольские степи и бескрайние сибирские просторы. По сведению историков, за два пакетика чая приходилось выкладывать шкурку соболя. Цена на чай упала лишь тогда, когда наладились морские перевозки, и постепенно он вошел в повседневный быт не только бояр и купцов, но и простолюдинов. Таким образом, в России чай быстро нашел своих поклонников и завоевал повсеместную популярность.

Из жизни великих

Говорят, что известный физик Бурдье не мог начать чтение лекций без того, чтобы не выпить чашку крепкого чая. Если он не имел такой возможности, то никак не мог собраться с мыслями, чувствовал себя растерянным и смущенным.

Чаепитие стало излюбленным времяпрепровождением: «на чай» зазывали гостей, за чаем обсуждали последние новости и коротали долгие зимние вечера. По своей популярности чай со временем начал превосходить другие традиционные русские напитки, например такие, как сбитень (горячий напиток с добавлением меда и пряностей: мяты, мускатного ореха, корицы, гвоздики, имбиря и др.).

Лечебные свойства чая первыми оценили жители далекой Сибири, которые были ближе к Востоку и узнали о целебных свойствах чая гораздо раньше основного населения России, проживающего в европейской части страны. Когда в 1665 году царь Алексей Михайлович серьезно заболел («занемог животом»), придворный лекарь посоветовал ему лечиться чаем. Новый и малоизвестный тогда напиток помог государю, и это во многом поспособствовало распространению чая в России.

Почти с самого начала своего распространения на Руси чай становится частью различных лекарственных травяных сборов. Уже в 1795 году во «Всеобщем полном домоводстве» было написано: «Свойства сего напитка осаждают пары, освежают и очищают кровь. Пьют его поутру для возбуждения жизненных духов и аппетита, а через несколько часов после обеда – в способствовании пищеварению».

Первый чайный куст в России был посажен в Никитском ботаническом саду в Крыму в 1814 году. Эксперимент прошел удачно, растение прошло акклиматизацию, и через некоторое время уже десятки чайных кустов были перевезены в Сухумский ботанический сад в Грузии. Год за годом велась селекционная работа, и в 1882 году по соседству с селом Чаква неподалеку от Батуми (в Аджарии) благодаря стараниям А.А. Соловьева была разбита первая чайная плантация. Большой вклад по распространению и акклиматизации чая в России внесли ботаник А.Н. Краснов и выдающийся химик А.М. Бутлеров. В XX веке к 1901 году чайные плантации были продвинуты в район Адлера, а в 1912 году они появились в Азербайджане и Краснодарском крае.

И. Кокорев – знаток московского быта середины XIX века – отмечал, что «представить жителя первопрестольной Москвы, будь то мужчина или женщина, старик или ребенок, дворянин, ремесленник или чиновник, без обязательного каждодневного и обильного чаепития невозможно». Такое положение дел было характерно не только для Москвы. «Вся Русь, – писал Кокорев, – все от мала до велика... пьют чай... мы получаем самые лучшие сорта драгоценной травы, несравненно разборчивее иностранцев насчет ее достоинств, даром, что у нас нет записных специалистов-чаеведов. Во всякий час, во всякое время года у истого москвича чай предлагается каждому гостю, так что во многих домах, кроме обычных двух раз, утром и вечером, его пьют столько, что и счет потеряешь».

Ему вторит этнограф и археолог А.В. Терещенко: «Кто бы ни пришел в гости и в котором бы часу ни было... хотя бы сами хозяева пили чай, для него настаивают и сами пьют с ним...». (1848 г.)

Чайные советы

Городская хлорированная вода может значительно испортить вкус чая.

Для того чтобы этого не произошло, нужно перед употреблением дать ей отстояться в течение суток и только потом кипятить.

Во время чаепития на Руси к столу подавались самые разнообразные кулинарные и кондитерские изделия: торты, пироги, пряники, коврижки, бублики, баранки, калачи, конфеты, варенье, мармелад и многие другие. Нередко гостям предлагались к чаю фрукты, орехи, ликеры, коньяк, десертные вина. Особой популярностью пользовался «чай с позолотой», то есть с добавлением нескольких капель рома. Кроме самого чая в ходу были и чайные напитки, приготовленные на основе травяных сборов, в состав которых входили различные лекарственные растения, ягоды и т. д. Также чайные напитки могли содержать и другие компоненты. Например, прохладительный напиток «чайный флип», в состав которого, кроме крепкого настоя чая, входили яичный желток, лимонный сок, холодное молоко, кубики льда. А в «согревающий „Меньшиков чай“» входили мед, водка, крепкий чай, смесь которых доводили до кипения и подавали в маленьких чашечках.

Чаепитие по многом зависело от места, где оно происходило. Например, в барском доме, в купеческом доме, в гостиной дворянской усадьбы или в простой русской избе были свои традиции, от которых зависела сервировка стола, чайные приборы, наряд хозяев, угощение на столе.

Для приготовления чая на Руси издавна использовали удобный сосуд с носиком, в котором заваривали чай или кипятили воду для него. Со временем этот сосуд стали называть чайником. Гораздо позже в трактирах (чайных) появились «чайные пары», подаваемые посетителям, – маленький чайник с заваркой (заварочник) и большой – с кипятком. Но, пожалуй, самым любимым «чайным сосудом» считался русский самовар. Во всех домах было модным заводить самовары – литровые, полуведерные, ведерные, медные, латунные, мельхиоровые, а у тех, кто побогаче – серебряные. В самоварах кипятили воду для чая, а наверху помещали заварочный чайник.

Кроме домашнего (салонного) чаепития, чай подавали в трактирах, а затем в моду стали входить специализированные чайные. Здесь, за чашкой или стаканом чая собирался самый разношерстный народ. Можно было увидеть и уважаемого миллионера-купца, и аристократа, и простолюдина.

Русские традиции

Первое чайное растение в России было посажено в 1818 году в Никитском ботаническом саду. В 1892 году в Чакве под Батуми заложена первая чайная плантация. Первая проба «этого русского чая» состоялась в 1894 году. Честь его изготовления принадлежит полковнику А.А. Соловцову.

Особенно в ходу был чай в извозчичьих трактирах. Из воспоминаний историка В. Гиляровского известно: «Извозчик в трактире и питается, и согревается... Жизнь всухомятку. Чай да требуха с огурцами... и все это удовольствие стоит ему шестнадцать копеек: пять копеек чай, на гривенник снеди до отвала, а копейку дворнику за то, что лошадь напоит да у колодца приглядит». Упоминает Гиляровский и о трактирах для менее состоятельных россиян: «Особенно трудна была служба в „простонародных“ трактирах, где подавался чай – пять копеек пара, то есть чай и два куска сахару на одного, да и то заказчики экономили... заказывают: „Два и три“. И несет половой за гривенник две пары и три прибора. Третий прибор бесплатно. Да раз десять с чайником за водой сбегает».

В XIX веке некоторые чайные и трактиры стали выполнять роль своеобразных клубов, где собирались обсудить текущие события, высказать свое отношение к ним. Нередко сказанное имело крамольный характер, и не случайно поэтому уставом императорских университетов было запрещено открывать на территориях университетских парков и садов чайные.

Однако, несмотря на всевозможные запреты, только в Москве в середине XIX века насчитывалось более трехсот трактиров, где посетителей потчевали чаем. «Употреблено в них, в продолжение года, чаю сто девяносто одна тысяча фунтов (на сумму более пятисот тысяч рублей серебром), а сахару с лишком тридцать четыре тысячи пудов (на сумму более 334 тысяч рублей серебром)», – отмечал Кокорев.

Глубоко и прочно проник чай и все, что с ним связано в русский быт, в русскую жизнь. Чаю на Руси посвящали картины (взять хотя бы творчество Бориса Кустодиева), песни, прозаические произведения и стихи.

Глава 2. Листья, дающие жизнь

Чайные советы

Сладкий чай со сливками – прекрасный и изысканный десерт. Для его приготовления следует сначала заварить крепкий чай, разлить его по чашкам, а затем долить немного сливок и хорошо перемешать.

Для приготовления этого тонизирующего напитка используются листья чайного дерева, которые перед употреблением подвергаются обработке. Чай – это род тропических многолетних вечнозеленых растений, относящихся к семейству чайных. Чай часто относят и к роду камелия. Различают два вида чайных, листья которых используются для заваривания этого напитка, – чай китайский и чай ассамский.

Чайный куст китайский (*Thea sinensis* L.) является небольшим кустарником, который представляет собой невысокое, не очень густо разветвленное деревце. Это растение относится к семейству чайных (*Theaceae*). Чайное китайское дерево может быть китайской и японской разновидностей.

Высота этого кустарника в среднем бывает от 60 до 100 см. В Китае экземпляры чайного дерева достигают большей высоты. Например, в уезде Гаолис они вырастают до 16 м. Ствол такого чайного дерева очень мощный. Конечно же, листья таких деревьев уже не могут использоваться в высокосортных чайных композициях, но вот эстетическое удовольствие от созерцания этого растения вполне можно получить.

Листья чая кожистые овальной формы, край их острозубчатый. Молодые, только развернувшиеся листья покрыты еле заметным серебристым пушком. Так как чайное дерево относится к разряду лиственных, следовательно, его листья живут не более одного года, а затем опадают. Но в течение всего срока своего роста и вызревания листья остаются зеленого цвета, почти не изменяют свою окраску. Молодые листочки более светлого оттенка, а зрелые со временем приобретают насыщенный зеленый цвет.

Цветки чайного дерева белые, бывают и розового цвета, с многочисленными тычинками. Цветы распространяют легкий душистый аромат, который даже отдаленно не напоминает запах напитка, приготавливаемого из листьев этого дерева.

Плоды чайного дерева созревают в октябре-ноябре, спустя почти год после начала первого цветения. Плод представляет собой коробочку, которую можно раскрыть по створкам. Внутри каждой коробочки находится небольшое количество семян (от 1 до 6 в зависимости от размера плода и возраста дерева). Семена чайного дерева размером с лесной орех, покрыты твердой кожурой.

Так как семена этого дерева содержат до 36 % масла, то им нашли целесообразное применение. Очищенное от различных примесей масло используют в технической промышленности Китая и Японии.

Русские традиции

Относительно чая существовало множество поверий. Во многих домах заварку после чаепития не выбрасывали, так как считали это грехом. Ее тщательно высушивали на печи, а потом посыпали ею окна и двери. Считалось, что чайная заварка отгоняет от дома всякие напасти и сохраняет тепло и уют домашнего очага. Также заваркой посыпали растения в комнатах и в огороде, чтобы они лучше росли. Этот обычай сохранился и в наши дни, но помимо чудодейственного свойства помогать росту растений ученые выявили полезные свойства самой обыкновенной чайной заварки.

На приготовление чая идут только молодые верхушки побегов с распутившимися листочками – так называемые флешы, поскольку в них в наибольшем количестве содержатся кофеин и танин. При получении черного чая флешы подвергают завяливанию, скручиванию, ферментации и сушке. Чем лучше скручен лист, то есть, чем больше клеток в нем раздавлено, тем лучше качество чая и крепче его настой.

Цветет чайное дерево при благоприятных погодных условиях с августа до поздней осени. Плоды же появляются в октябре-декабре. В связи с таким циклом роста чайный куст хорошо растет, цветет и плодоносит в теплом климате. Повсеместно распространяться чайное дерево не может, поскольку требует определенных условий роста.

Родиной чайного дерева является Юго-Восточная Азия. В России же для чайных плантаций идеальным климатом является Черноморское побережье и южные районы Кавказа. Именно в этих областях и произрастает это дерево, дарующее столь полезные листья.

Обычно одиночные чайные кусты не вырастают до такого состояния, чтобы они были полезны в производстве сырья для приготавливаемого напитка. У одиночно стоящих растений листья сохнут на солнце, чаще опадают и становятся непригодными для употребления. Поэтому чайные деревья разводятся на обширных плантациях, которые могут быть расположены ярусами. Такое размещение чайных деревьев обусловлено тем, что при большом скоплении в одном месте растений столь полезный солнечный свет не достает до всех их частей. Многоступенчатые чайные плантации отличаются и тем, что поливать их гораздо удобнее. Но тем не менее не очень сильная корневая система этого кустарника не способствует его посадке на очень крутых горных склонах.

Применяемая часть чайного дерева – это листья, именно их и заваривают для получения тонизирующего и полезного напитка – чая. Самое благоприятное время для сбора чайных листьев – это май-ноябрь, то есть практически все время активного роста. Чтобы получить высокие сорта сырья для чая, собирают только верхние 2–3 листочка, которые являются более молодыми и насыщенными. Для получения именно этого сырья листья чайных деревьев вообще не подвергаются сбору некоторое время, пока не образуется основное растение. Иногда же производители сырья для чайного напитка используют и другие части чайного дерева. Такой подход, конечно же, сказывается на качестве сырья, а следовательно, и на напитка. Настоящий ароматный чай заваривается именно на листьях чайного дерева.

Такое применение чайных листьев связано с тем, что они содержат большое количество полезных для организма человека питательных веществ. Каждый листик на 35 % состоит из дубильных веществ, как растворимых, так и нерастворимых. Также в нем содержатся белки и углеводы растительного происхождения, нуклеопротеиды. В листьях чайного дерева в небольшой концентрации находится и железо, и марганец, и различные смолы. Высоко содержание алкалоидов – кофеина, теofilлина, теобромина, аденина, ксантина, гипоксантина, параксантина, метилксантина, изатина. В чайный лист входят в некотором количестве никотиновые и пантотеновые кислоты. Содержатся в чайном листе и разнообразные витамины С, В1, В2, К, Р и эфирное масло.

Русские традиции

По традиции в давние времена чай заваривали непосредственно в самоваре или в той посуде, в которой кипятили воду. Когда такой чай разливали по чашкам, на поверхность всплывала заварка и чай было очень неудобно пить. Лишь затем народные умельцы придумали использовать ситечки для чая, которые задерживали заварку. В настоящее время чай в домах приготавливают в заварочных чайниках. Обычно размер такого чайника зависит от количества членов семьи или от частоты чаепитий.

Наиболее важными компонентами чайного напитка являются дубильные вещества, кофеин и эфирные масла. Именно они и дают своеобразный цвет, вкус и аромат приготавливаемого из листьев чайного дерева напитка.

От чая китайского немного отличается чайное дерево ассамское (*T. assamica*), семейство чайных. Это растение характеризует относительно большая высота и более крупные листья. Первоначально листья этого дерева употреблялись в лекарственных целях, а затем уже настаивались для приготовления тонизирующего напитка. Сейчас чай именно из листьев этого дерева ценится за интенсивный ярко-красный цвет, терпкий вкус и приятный аромат.

Чайные советы

Смешайте в стакане 1 ч. л. лимонного и ежевичного сиропа, 1 ч. л. натурального меда, добавьте ломтик лимона, а затем залейте крепким свежесваренным чаем.

Чай получают и из листьев парагвайского чайного дерева (*Ilex paraguariensis*), также относящегося к семейству чайных. Это дерево достигает в высоту 14 метров. Листья его глянцевые, очередные, форма их удлинённая обратно-яйцевидная, по краю они зазубрены. Длина листьев колеблется от 7 до 10 см, а их ширина достигает 4–5 см. Эти листья живут до трех лет. Парагвайское чайное дерево выращивается в Бразилии, Парагвае и Аргентине. Напиток из листьев этого чайного дерева, называемый мате, отличается крепостью, терпкостью и небольшой горечью, отдает запахом пареных листьев.

Глава 3. Чайные технологии

В Китае и Индии сбор чая происходит преимущественно вручную. Занимаются этим в основном молодые женщины и девушки, хотя сбор чая – это физически тяжелый и изнуряющий труд. Листья и почки ошипывают и складывают в корзины из прутьев, которые помещаются на спине у сборщиц чая. Наряду с ручным методом сбора чая существуют также и механизированные способы. Специальные машины используются, как правило, для сбора наименее ценного сырья чайных веточек и уже зрелых листьев, которые идут на изготовление преимущественно прессованного и экстрагированного чая.

Качество чая также напрямую зависит от времени сбора сырья. Элитные сорта чая изготавливаются из не успевших раскрыться флешей и почек чайного куста, которые были собраны ранним утром до восхода солнца или вечером, после его захода.

Считается, что чай, собранный в течение светового дня, обладает большими вяжущими свойствами и более ярко выраженным горьким привкусом. К тому же в таком чае уменьшается количество кофеина и витаминов.

Для получения готового чая собранные вручную или машинным способом листья чайного куста необходимо подвергнуть сложному процессу переработки, дабы придать им знакомый и привычный для нас внешний вид. Превращение зеленого чайного листа в готовую продукцию начинается на фабриках первичной переработки и продолжается далее на прессовочных и чаеразвесочных фабриках. Зеленый лист совсем не похож по вкусу и по внешнему виду на уже переработанный. Он горек, у него грубый запах зелени, переходящий при простой сушке в запах сена.

Возникает резонный вопрос: «Как же из него получается такой волшебный ароматный напиток?»

А получается он путем специальной технологической переработки молодых верхушечных побегов вечнозеленого чайного растения.

Побегом называют растущую облиственную часть стебля с расположенными на ней почками. Побеги развиваются из вегетативных почек. Флешь – это наиболее нежная часть побега, глушок – побег без растущей почки. В зависимости от возраста и количества листьев побеги подразделяют на нежные, огрубевшие и грубые. По развитию различают нормальные и глухие побеги (глушки). По количеству листьев – одно-, двух-, трехлистные и т. д.

Качество чая в первую очередь зависит от возраста и времени сбора флешки. Например, из растущей почки и первого листа получается чай наилучшего качества, из второго листа – продукция преимущественно первого сорта, из третьего – более низкого качества и т. д. Это обусловлено в первую очередь тем, что молодые, нежные части чайного побега – почка и первый лист – благодаря незначительному содержанию лигнина и высокомолекулярных полисахаридов легко подвергаются качественной технологической переработке.

Переработка чайного листа в готовый продукт (фабричные сорта чая) осуществляется на чайных фабриках, расположенных вблизи плантаций. Торговые сорта чая производят на чаеразвесочных фабриках, размещенных в районах его потребления.

Чайные советы

Чай с жасмином ценится очень высоко благодаря своим вкусовым качествам и аромату. Его можно приготовить и в домашних условиях. Для этого лепестки жасмина следует вымочить в воде, а затем высушить на чистую салфетку и высушить. Высушенные цветки смешать с черным или зеленым чаем, исходя из расчета 2 части жасмина на 8 частей чая. Готовую

смесь сложите в стеклянную банку, закройте крышкой и используйте для заваривания по традиционной технологии.

Технология приготовления чая различных сортов, естественно, не одинакова. Она включает несколько основных и дополнительные операции (стадий), которые используются для приготовления только какого-то одного определенного сорта чая.

Производство черного и зеленого чая

Все известные виды чая в зависимости от применяемой технологии изготовления и используемого сырья разделяют на чай байховый (рассыпной), прессованный и экстрагированный (растворимый).

К рассыпным относятся все виды байховых чаев: черный, зеленый, желтый и красный (оолонг), к прессованным – зеленый (кирпичный) и черный (плиточный). К растворимым – концентраты черного и зеленого чая.

Байховый чай получают из нежных молодых побегов, на которых расположены неразвившаяся почка и два-три молодых листочка. Черный и зеленый чай, в зависимости от вида чаинок, подразделяют на крупный, мелкий и гранулированный.

Эти основные виды образуют неисчислимо множество различных сортов чая. По ароматическим и вкусовым свойствам они достаточно сильно отличаются друг от друга, и многие полагают, что они производятся из различных видов сырья. Между тем отличие сортов объясняется просто-напросто разными методами переработки чайного листа.

Производство чая ведется непосредственно на чайных фабриках первичной переработки и включает в себя следующие основные технологические процессы: завяливание, скручивание, ферментация и сушка.

Завяливание является первым технологическим процессом производства черного чая, при котором происходит физико-механическая и биохимическая подготовка сырья. Цель завяливания заключается в удалении влаги из чайных листьев, вследствие чего, в условиях водного дефицита, повышается концентрация клеточного сока и сухого вещества, и биохимические изменения протекают более интенсивно. В сортовом чайном листе содержание влаги составляет 75–78 %, а после завяливания лист должен содержать лишь 62–64 %. Соблюдение норм остаточной влажности после завяливания имеет большое значение для успешного проведения последующих процессов скручивания и ферментации, для получения высококачественного продукта.

Различают два способа завяливания: естественный и искусственный. Естественное завяливание часто применяется в Индии, Шри-Ланке и других странах с жарким климатом. В северных странах, в частности, в России (Краснодарский край) и Грузии, применяется искусственное завяливание в специальных завялочных машинах. В результате завяливания лист теряет влагу, все части флеша делаются мягкими и эластичными, при перегибе не ломаются и легко поддаются следующему технологическому процессу – скручиванию.

В естественных условиях лист обычно завяливают 16–18 часов. При влажной погоде завяливание затягивается и по времени может длиться 36–48 часов. Оптимальной температурой для естественного завяливания считается 24–25 °С при относительной влажности воздуха 60–70 %. При искусственном завяливании продолжительность процесса можно сократить до 4–6 часов. При этом оптимальная температура завяливания не должна превышать 40–42 °С.

Следующий технологический процесс – скручивание – осуществляют в специальных машинах – роллерах. Целью скручивания является разрушение тканей чайного листа. При этом содержимое клеток смешивается, и начинаются биохимические процессы окисления и ферментации. Именно в результате скручивания чайные листья приобретают привычную форму. Следует отметить, что для интенсификации процесса скручивания была придумана и использована машина СТС. Ее название произошло от трех английских слов: crushing – дробление, tearing – разрывание и curling – закручивание, обозначающих производимые в ней операции (отсюда и название чая СТС, или, как его еще называют, гранулированного чая).

Технологический процесс скручивания может существенно меняться в зависимости от исходного сырья и степени его завяленности. Способ и степень скручивания оказывает огромное влияние на качество готового чая. Чай, полученный путем легкого скручивания, при заварке дает слабый настой, а чай из сильно скрученного сырья дает настой гораздо большей крепости.

Чайные советы

Некоторые люди предпочитают ничего не добавлять в чай, полагая, что это снижает его аромат. Для них можно подавать сахар и мед отдельно, не растворяя их в чае.

Чай, переработанный с применением машины СТС, отличается крепким настоем, однако по аромату и мягкости вкуса уступает чаю, скрученному роллерами. Для производства классического байхового чая обычно на фабриках применяют трехкратное скручивание, между стадиями которого производят сортировку скрученного листа. Сортировка позволяет отделить наиболее нежные части флеша (первый лист и почку) от более грубой части листа, которую отправляют на дальнейшие этапы скручивания, по 45 минут каждый. Общая продолжительность процесса составляет 135 минут. Поскольку с момента скручивания начинается развитие окислительных процессов, ферментация, в роллерном отделении поддерживается высокая относительная влажность – 96–98 %, умеренный температурный режим – 22–26 °С – и идеальная чистота.

После скручивания чайный лист проходит процесс ферментации. Ферментация является кульминацией биохимических процессов, происходящих при завяливании и скручивании, и наиболее важным процессом при производстве черного чая. При ферментации под воздействием кислорода в чайном листе происходят сложные химические преобразования. За время ферментации скрученный лист в результате окислительных процессов приобретает медно-красный оттенок и изменяются вещества, придающие горечь чайному листу.

Для нормального хода процесса ферментации и максимального накопления ценных вкусовых и ароматических веществ необходимы высокая относительная влажность воздуха, сравнительно низкий температурный режим и аэрация, которые поддерживаются в помещениях для ферментации. Процесс ферментации протекает обычно 3–5 часов. Оптимальными параметрами воздуха для нормального протекания процесса ферментации следует считать температуру 22–26 °С и относительную влажность 96–98 %.

Заключительным этапом в производстве черного чая является сушка. Цель сушки – прекращение процесса ферментации путем инактивации ферментных систем под действием высокой температуры, удаление из листа излишней влаги и окончательное формирование качества готового чая. Тепловая сушка сферментированного чайного листа позволяет получить черный чай с характерным внешним видом, вкусом, цветом и ароматом.

Высушенный продукт является полуфабрикатом чая. На чайных фабриках для сушки байховых видов чая (черный, зеленый, желтый, красный) применяются чаесушильные машины с огневыми калориферами, а также их модификации с паровыми калориферами. Оптимальными параметрами процесса сушки в чаесушильных машинах являются температура сушильного агрегата 100,5 °С. Остаточная влажность полуфабриката не должна превышать 5–7 %.

Из жизни великих

Известно, что знаменитый художник эпохи арт нуво Густав Климт пылал тайной страстью к жене банкира Эдуарда Соломона. Для того чтобы получить возможность изобразить даму сердца на одном из своих полотен, художник несколько недель подряд приглашал супружескую чету на вечера чаепития, на которые собиралась вся богема Лондона.

Полуфабрикат является неоднородной массой, представляющей собой смесь различных по качеству и величине чаинок. Поэтому на следующем этапе для получения фабричных чаев полуфабрикат подвергают сортировке на ситах разных номеров и купажированию (смешиванию). Сортировка и купажирование являются не технологическими, а механическими процессами, однако для их успешного проведения требуется большое искусство и опыт. В результате на фабриках первичной переработки чайного листа получают несколько основных групп чая: цельнолистовой, или крупнолистовой (Whole Leaf), ломаный, или мелколистовой (Broken), высева (Fanings) и крошки (Dust) – из этого сырья изготавливаются низкосортные гранулированные чаи, различающиеся между собой внешним видом и качеством.

По качеству черный байховый чай различается по сортам: «Букет» – высший, первый, второй и третий сорта, гранулированный чай – на первый, второй и третий сорта.

Далее чай упаковывается в фанерные ящики, которые попадают на чаеразвесочные фабрики, где при необходимости еще раз купажируется и упаковывается в пачки, жестяные банки, фильтрпакеты и т. д.

Зеленый чай (кок-чай) вырабатывают при пропаривании листьев при температуре 95—100 °С, без завяливания и ферментации.

По ароматическим и вкусовым свойствам зеленый чай настолько отличается от черного, что потребитель иногда считает, что в их основе лежат разные виды сырья. Как уже писалось выше, разница между ними заключается только в способах переработки чайного листа с одного и того же куста.

Технология производства зеленого чая несколько отличается, по сравнению с производством черного чая.

Если при производстве черного чая целью всего многоступенчатого технологического процесса является развитие окислительных реакций (ферментация), вызывающих образование вкусовых и ароматических продуктов, а также красных и коричневых пигментов, характерных для настоя черного чая, то при производстве зеленого чая основная цель – исключить саму возможность развития окислительных процессов на первой же стадии производства, для получения чая светло-желтого цвета со специфическим вкусом и ароматом. В зеленом чае, прошедшем все этапы технологической обработки, сохраняется почти весь объем катехинов и витаминов (в 5–6 раз больше, чем в черном чае), содержащихся в исходном сырье – чайном листе. Что касается содержания дубильных веществ, то в зеленом чае их в два раза больше, чем в черном, к тому же в биологическом отношении они находятся в более активном состоянии, поскольку присутствуют в неокисленной форме.

Сырьем для производства зеленого чая, как и черного, служат двух-трехлистные молодые побеги чайного растения, называемые «флешами».

Технология производства зеленого чая состоит из следующих этапов: фиксация (пропаривание, подсушка и выдержка чайного листа), скручивание, сушка и сортировка полуфабриката чая.

Фиксация (пропаривание) чайного листа – первый этап производства зеленого чая. Целью этого процесса является инактивация ферментов и прекращение связанных с ними химических превращений.

Русские традиции

В деревнях России предпочитают пить не только очень крепкий чай, но и разбавлять его большим количеством жирных сливок, а в некоторых случаях даже сметаной. Сахар обычно в такой чай не кладут, а пьют вприкуску в основном с карамелью или пирогами со сладкой начинкой. Как правило, такой чай пьют сильно охлажденным, а так как сельские жители

– народ очень занятой, то для того чтобы побыстрее остудить этот напиток, они используют два стакана, переливая чай из одного в другой.

При пропаривании, кроме инактивации ферментных систем, происходит разрушение отрицательно действующих на качество чая веществ, при этом исчезает запах свежей зелени и лист становится эластичным, что облегчает проведение процесса скручивания. Фиксация чайного листа осуществляется в специальных пропарочных аппаратах или чаефиксационных агрегатах в течение 2–3 минут. Оптимальной температурой пропарки, принятой производством, считается 95—100 °С.

После пропарки лист подсушивают до остаточной влажности 61–62 %, чтобы подготовить сырье для проведения процесса скручивания. Оптимальной температурой подсушки считается 90–95 °С, при продолжительности 12–15 минут. Подсушка пропаренного листа осуществляется с использованием специальной машины для фиксации подсушки и выдержки.

Цель процесса скручивания заключается в раздавливании тканей сырья, вследствие чего на поверхности листа выделяется клетчатый сок. В отличие от черного чая, при производстве зеленого чая применяется одно-двукратное скручивание продолжительностью 70–80 минут. Скручивание осуществляется на тех же роллерах, что и при производстве черного чая.

Сушка зеленого байхового чая происходит аналогично процессу сушки черного чая – в тех же печах и при таком же режиме, но с доведением остаточной влажности чая до 3–5 %. Высушенный полуфабрикат приобретает оливково-зеленый цвет.

Сортировка зеленого чая, так же как и сортировка черного, является чисто механической операцией, в результате которой продукту придается вид фабричного стандарта.

При сортировке полуфабриката зеленого чая получают листовый и мелкий чай, который в зависимости от размера чаинок делится на листовый первый (Л1), второй (Л2), третий (Л3) и мелкий второй (М2) и третий (М3). К мелкому чаю относятся высевка и крошка.

В зеленом чае наиболее ценными считаются листовые сорта, обладающие более высокими показателями вкуса, аромата и цвета настоя.

Купажирование и упаковку зеленого чая производят в том же порядке, что и при производстве черного чая.

Зеленый байховый чай также делят по сортам аналогично черному байховому чаю. Зеленый плиточный чай подразделяют на высший, первый, второй и третий сорта.

Зеленый кирпичный чай получают из грубых веточек и листьев путем прессования, черный плиточный – из крошек и высевки черного чая просеиванием.

Производство желтого и красного чая

Желтый чай сочетает в себе лучшие свойства черного и зеленого байхового чая. Для получения желтого чая используется самое высококачественное сырье – молодые побеги, преимущественно почки чайного листа. По своему внешнему виду желтый чай почти не отличается от черного, только чайники имеют едва различимый оливковый оттенок. Вкус настоя приятный с мягкой терпкостью, без резкости, свойственной черному чаю. Имеет более мягкий вкус и сильный аромат, чем зеленый. Этот вид чая характеризуется более высоким содержанием катехинов, витаминов и экстрактивных веществ, поэтому в физиологическом отношении он гораздо ценнее черного чая.

Красный чай (оолонг) сочетает в себе некоторые свойства черного и зеленого чая. Отличительной особенностью красного чая является окраска распаренного листа – красная по краям и зеленоватая в центре. Этот чай гораздо экстрактивнее черного и ценнее по вкусовым свойствам.

Этот чай образует янтарно-красный настой, обладает прекрасным ароматом и очень приятным терпким вкусом. Иногда его используют при купажировании с черным чаем, с целью улучшения вкусовых качеств последнего. Красный чай не производится в больших объемах. Основные его потребители – чайные гурманы.

Технология производства желтого и красного чаев предусматривает переработку зеленого листа по следующей схеме: при переработке желтого чая происходит завяливание до остаточной влажности 63–66 %, фиксация завяленного сырья, двукратное скручивание по 40 минут, сушка до остаточной влажности 5–7 % и термическая выдержка полуфабриката в течение 2–5 часов.

Технология производства красного чая включает в себя следующие операции: завяливание до остаточной влажности 63–65 %, первое легкое скручивание в течение 20–30 минут, кратковременная ферментация в течение 2–3 часов до начала скручивания, фиксация (поджарка), повторное скручивание 40–50 минут, сушка до влажности 5–7 % и термическая выдержка полуфабриката в течение 2–5 часов.

Существуют и другие схемы производства желтого и красного чая.

По мнению некоторых специалистов, желтый и красный чаи, так как они являются промежуточными продуктами, можно получать путем купажирования в определенных соотношениях зеленого и черного чая.

Цветочный чай готовят без ферментации из едва распустившихся листовых почек. Такой чай обладает особенным ароматом и вкусом, имеет настой насыщенного медового цвета.

Прессованный чай делят на кирпичный (зеленый и черный), плиточный (черный и зеленый) и таблетированный (черный и зеленый).

Прессованный чай вырабатывают из доброкачественных отходов чайного производства (крошек и высевок) путем их прессования. Кирпичный зеленый чай вырабатывают из огрубевших листьев и побегов. Аромат и вкус у этого чая грубые, настой красно-желтого цвета. Чай в пакетиках (разового пользования) производят из черного байхового чая, фасуя его в пакетики из специальной неразмокаемой бумаги.

Экстрагированный (растворимый) чай – сухие экстракты черного или зеленого чая. Экстрагированный чай вырабатывают в виде концентрата черного натурального чая и быстрорастворимого. Быстрорастворимый чай получают из черного и зеленого байхового чая методом экстрагирования горячей водой растворимых веществ с последующим высушиванием.

Для того чтобы чай получился насыщенным и ароматным, нужно на каждый литр кипятка брать 20–25 г сухой заварки. Не стоит изменять пропорциональное соотношение – вкус от этого не улучшится.

Технология производства ягодных, цветочных, травяных чаев включает всего несколько операций: сушка сырья, его сортировка и последующая упаковка.

Отличается и используемое для изготовления сырье. Например, для изготовления ягодных и травяных видов чая используются листья, стебли различных ягодных культур, а также травяные сборы.

Глава 4. Черный чай

О благоприятном воздействии чая на человеческий организм известно еще с древних времен. Сейчас чай является чуть ли не самым популярным напитком в России. Черный чай получил свое название по цвету завариваемого напитка. Этот чай имеет насыщенный темный, практически черный цвет и терпкий, ни с чем не сравнимый вкус, возможно, именно поэтому он пользуется наибольшей популярностью в Европе. Конечно же, в напитке важен не только цвет настоя, но и его вкус, аромат и целебные свойства.

Существует множество различных сортов черного чая. Так, например, по составу чая и комбинации его с другими веществами различают следующие сорта: сибирский, тибетский, московский, грузинский, узбекский, казахский, английский и т. д. А по территории выращивания можно выделить чаи: краснодарский, грузинский, вьетнамский, китайский, японский, индийский, цейлонский, арабский, аргентинский и т. д. Особо ценится китайский байховый чай, который выращивается в Китае. На втором месте, конечно же, цейлонский чай. Здесь его собирают круглый год, однако наиболее вкусным и ароматным считается весенний чай. Цейлонский чай, как и индийский, отличается терпким привкусом.

По способу обработки можно выделить чай байховый и гранулированный, состоящий из отдельных чайнок; плиточный в виде спрессованных плиток; пакетированный, как видно из названия, расфасованный в небольшие пакетики, и растворимый. Следует также отметить, что высшие сорта чая производят из самых молодых и нежных первых двух листочков, а также из листовых почек чайного куста.

Состав и свойства черного чая зависят от множества отдельных факторов, в частности, от особенностей агротехнической обработки почвы, от качества собранных листьев, времени года, когда собирался урожай, от разновидности растений, от района культивирования и т. д. Другими словами, качество, цвет, аромат и другие свойства чая зависят от биохимических процессов чайного производства.

Черный чай можно по праву считать настоящей биохимической лабораторией, поскольку он богат как витаминами, так и микроэлементами. В состав чая входят алкалоиды кофеина, дубильные вещества, щавелевая кислота, эфирные масла, витамины С, В1, В2, пантеиновая кислота, витамин РР. Цвет настоя чая обусловлен интенсивностью окисления танинов. Так, например, в черном чае после ферментации остается 50 % танинов.

Альдегидная группа, содержащаяся в черном чае, придает этому напитку специфический аромат. Соединения же, входящие в состав чая, как уже упоминалось ранее, представляют собой сложный комплекс веществ. Особенно следует отметить группы пирокатехинов и пирогаллонов, также присутствующих в данном напитке. По содержанию последних наблюдается значительное сходство у грузинского и индийского чаев.

Конечно же, широкая популярность черного чая обусловлена еще и содержанием в нем кофеина. В чайном настое он присутствует в соединении с дубильным веществом танином и называется теином. Следует заметить, что кофеин, содержащийся в черном чае, действует продолжительнее и мягче, чем химически чистый кофеин. Помимо кофеина, в состав чая в небольших количествах входят и другие лекарственные вещества, например такие, как теобромин, теофиллин, которые широко применяются для профилактики и лечения легочных, сердечно-сосудистых, почечных и других заболеваний.

Чайные советы

При заваривании чая сначала нужно залить чайник на 1/3 объема и дать напитку настояться в течение нескольких минут. Только затем его можно долить кипятком.

На первом месте по содержанию танина находится индийский чай, затем следует китайский чай, а уже потом японский.

Среди витаминов, содержащихся в черном чае, наверное, наибольшее значение имеет витамин Р. Он относится к группе флавоноидов и катехинов, которые содержатся в растениях и необходимы организму человека для процессов клеточного дыхания и питания стенок сосудов. К слову сказать, черный чай по содержанию данного витамина занимает главенствующее положение среди продуктов растительного происхождения. Рутин в соединении с витамином С способствует накоплению витаминов в тканях организма, укрепляет стенки сосудов. В настое чая присутствуют также калий, кальций, фосфор, магний и фтор.

Благодаря целительному воздействию черного чая у человека нормализуется обмен веществ, укрепляются сосуды, усиливается вентиляция легких, несколько ускоряется кровообращение. Установлено благоприятное воздействие чая на отделение желудочного сока и желчи. Благодаря теину чай тонизирует центральную нервную систему. Кроме того, чай показан при нарушениях обменных процессов, поскольку содержащиеся в этом замечательном напитке антиокислители – катехины – препятствуют в тканях самоокислению внутриклеточного и тканевого жиров. Конечно же, здесь нельзя не упомянуть и о благоприятном воздействии чая на наши зубы. Этот напиток, помимо всего прочего, содержит еще большое количество фтора, который прекрасно предотвращает кариес.

Крепкий черный чай является замечательным средством при общей слабости, которая нередко сопровождается затрудненным дыханием при острых респираторных заболеваниях, а также психическом и физическом переутомлении. Так, очень крепкий и сладкий настой черного чая с молоком часто применяется как противоядие при отравлениях наркотическими веществами, снотворным или алкоголем. Катехины до нормы снижают проницаемость капилляров, возвращая их стенкам эластичность. Чай также является превосходным средством при профилактике и лечении капиллярных кровоизлияний, капилляротоксикозах, ревматическом эндокардите, цинге.

Быстро усваиваясь, черный чай хорошо утоляет жажду, нормализует терморегуляцию, ускоряя кровообращение и усиливая потоотделение. Кроме того, настой черного чая – прекрасное средство от чрезмерного загара и ожога солнечными лучами. Для этого, перед тем как выйти на улицу в солнечный день, необходимо протереть настоем открытые участки кожи. Если же ожог уже есть, то в этом случае показаны примочки с этим настоем.

Еще черный чай обладает превосходными бактерицидными свойствами, он усиливает действие антибактериальных препаратов при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. При гастритах, протекающих с диареей, также целесообразно употреблять крепкий черный чай. В этом случае проявляется действие дубильных веществ, содержащихся в чае.

Очень важно знать, как правильно определить качество черного чая. Оценка производится по пяти показателям: внешний вид, интенсивность настоя, аромат, вкус и цвет разваренных листьев. Покупая или пробуя чай, обязательно обратите внимание на то, как скручен лист, чайники же должны иметь одинаковую величину. Так, сломанные чайники, чайный порошок, огрубевшие листья и волокна существенно снижают качество чая. Аромат вы можете определить через 1–2 минуты после заваривания по запаху отцеженных чайнок. Основными дефектами чая считаются кисловатый, затхлый, прижаристый, придымленный запахи.

Цвет настоя должен быть окрашен в красновато-коричневый цвет. Именно этим и отличается чай высокого качества. Если настой обладает светло-желтым цветом с зеленоватым оттенком или тускло-коричневым цветом, это указывает на плохое качество чая. Помимо всего прочего, учитывается и прозрачность настоя. Если напиток мутный, то чай считается дефектным. В зависимости от интенсивности окраски черный чай бывает крепким, выше-средним, средним, слабеватым и слабым. Интенсивным красноватым настоем отличается мелкий чай. Листовой крупный чай дает более светлый настой.

Вкус черного чая определяется по настою. Чай хорошего качества имеет полный, приятный терпкий, однако не вяжущий вкус. Когда в чае чувствуется привкус зелени, горький, резкий и грубый, это указывает на наличие в заварке старых листьев. Снижает качество черного чая, придает ему зеленоватый оттенок и травяной привкус недостаточное разрушение хлорофилла при ферментации. Кроме того, хороший чай никогда не оставляет на чашке коричневого налета.

Качество напитка будет зависеть и от количества взятой заварки. Так, считается, что самым оптимальным вариантом является тот, когда на каждые 100 мл чая берется 4 г сухого чайного листа, то есть на чайник емкостью 1/4 л, необходимо взять не более 3 ч. л.

В последнее время стало принято добавлять в черный чай различные специи. Напиток в этом случае приобретает новый вкус и аромат, обладает большим тонизирующим и даже стимулирующим эффектом, поэтому людям, страдающим теми или иными заболеваниями, иногда противопоказано употреблять подобный чай. Для заваривания чая чаще всего используют следующие специи: корицу, гвоздику, кардамон, мускатный орех и даже перец.

Следует также оговорить еще один не менее важный вопрос – хранение черного чая. Ведь если неправильно его хранить, то может испортиться даже чай самого высокого качества. Дело в том, что заварка очень гигроскопична, поэтому она легко впитывает влагу и всевозможные запахи. Конечно же, прессованные чаи меньше подвержены подобному явлению, нежели байховые, но и их не следует держать в сыром помещении. В расфасованном виде чай можно хранить не более шести месяцев. У китайцев существуют древние технологии, позволяющие не только прекрасно сохранить черный чай, но и со временем существенно улучшить его качество. Правда, для этого необходимо использовать сложную упаковку и весьма дорогую тару.

Пословицы и поговорки о чае

В городе чай – гостям угощение, в деревне – себе наслаждение.

Конечно же, здесь правомерно возникает вопрос о том, как целесообразнее хранить черный чай в домашних условиях, чтобы он в полной мере сохранил свой вкус и аромат. В первую очередь каждая хозяйка должна знать, что черный чай ни в коем случае нельзя класть рядом с продуктами, обладающими резким запахом. Чай прекрасно сохраняет свои качества, если хранится в фарфоровой или стеклянной посуде с герметично закрывающейся крышкой. Раньше изготавливались специальные чайницы, в которых заварка прекрасно сохранялась до десяти лет. В них также располагались специальные мерные ложечки, выполненные из кости или серебра. К сожалению, сейчас практически невозможно найти подобной посуды, поэтому вполне могут подойти обычные банки из-под сыпучих продуктов с плотно закрывающимися крышками.

Глава 5. Зеленый чай

Зеленый чай по своей популярности занимает второе место после черного и по вкусовым качествам является для истинных ценителей этого напитка наиболее ценным и любимым. Тем более что такой напиток гораздо полезней для здоровья, так как содержит большее количество полезных для жизнедеятельности организма веществ. К тому же зеленый чай ароматнее черного, а его запах не содержит искусственных синтетических примесей.

Черный и зеленый чай изготавливают из одного и того же листа. Зеленый чай можно считать более натуральным, так как технология его изготовления полностью исключает ферментацию. Листья чайного дерева в природе именно темно-зеленого цвета, и завариваемый из них настой получается именно таким, какого цвета получается зеленый чай. Несомненным преимуществом зеленого чая является его способность прекрасно утолять жажду, а также повышенное содержание полезных веществ.

Свое название он получил по цвету сырья и настоя, хотя иногда он имеет кирпично-зеленый цвет, а настой его вообще имеет коричневый оттенок. Но чаще всего этот вид чая бывает желто-зеленого, серебристо-зеленого или светло-зеленого цвета. Именно такие сорта чая являются настоящими высококачественными напитками. Появление же в процессе заваривания в настое красновато-коричневого оттенка указывает на более низкий сорт или же на плохое качество продукта. Немного искаженный цвет чая могут давать иногда и включения в его состав твердые частички чайного дерева.

Хороший зеленый чай в меру крепкого настоя имеет интенсивную желтоватую окраску. До более густого цвета его заваривать не рекомендуется, так как близкий к черному настой зеленого чая становится невкусным и содержит слишком много кофеина. Вкус этого вида чая своеобразен, отличается терпкостью, а если заваривается при высокой концентрации высушенных чайных листьев, то даже немного вяжет. Совершенно не обязательно добиваться именно такого вкусового эффекта, тем более что при заваривании этого напитка важна строго соблюдаемая пропорция. Именно в меру крепкий зеленый чай обладает ярко выраженным лечебным эффектом.

Для того чтобы чайные листья не были горькими, сухой зеленый чай следует предварительно залить кипятком и сразу же слить воду. После этого нужно залить весь объем чайных листьев вторично на 1/3 кипятком и дать настояться в течение 5—10 минут. Только по прошествии этого времени можно доливать остальную горячую воду.

Как правило, пьют зеленый чай без добавления сахара, поскольку при соединении с этим элементом чай приобретает неестественный вкус. Истинные ценители и любители зеленого чая считают, что сладость, которую придает сахар, заглушает не только вкус, но и аромат этого напитка. Следовательно, чтобы сохранить своеобразие зеленого чая, следует употреблять его без каких-либо дополнений.

Но тем не менее некоторые народности привносят своеобразную изюминку в процесс заваривания данного напитка. В азиатских странах зеленый чай пьют с молоком, а на Западе существует традиция добавлять в него имбирь, перец или другие специи и приправы. Такие компоненты, конечно же, сказываются на вкусовых качествах напитка, но являются приемлемыми для многих ценителей зеленого чая.

Цвет чая зависит от интенсивности окисления входящих в него дубильных и белковых веществ, пигментов, алкалоидов и танинов. По содержанию витамина С и танинов зеленый чай занимает лидирующие позиции, поэтому именно этот вид чая самый полезный из всех разновидностей готового чайного продукта. Кроме того, в нем сохраняется весь состав катехинов, а также в большей концентрации содержатся витамины В1 и Р. Благодаря высокому содержанию в нем витамина Р зеленый чай способен усиливать профилактическое и лечеб-

ное воздействие витамина С. Помимо этого, в его состав входят теобромин, теофиллин и другие полезные для организма вещества.

Русские традиции

В России чай, как правило, предпочитают пить из больших чашек, чтобы не затруднять себя лишними хлопотами. Эта традиция идет от всем известной русской лени. Лучше один раз выпить большой бокал чая, чем несколько раз наливать в маленькие.

Зеленый чай может быть как байховым, так и спрессованным. Байховый чай этого сорта дает зеленовато-желтый настой и обладает специфическим вкусом. Часто этот вкус оказывается непривычным для того, кто постоянно употребляет только черный чай: он кажется травянистым, особенно в том случае, если заварен слабо. Чтобы зеленый чай был вкусным, его надо заваривать крепче, чем черный. Самой приемлемой концентрацией заварки и воды является пропорция 1 1/2 ч. л. на 200 мл воды. Употребляемые листики чайного дерева должны быть хорошо просушены, ведь если они первоначально содержат превышаемый норму объем воды, то вкус чая будет немного искаженным.

Пить заваренный зеленый чай следует теплым, хотя некоторые ценят этот напиток исключительно в холодном виде. Но горячий чай пить также не следует, так как при его высокой температуре вкусовые качества не всегда ярко проявляются. Чтобы почувствовать аромат и вкус этого напитка, сразу после приготовления его надо немного остудить естественным путем, без специального охлаждения. Тем более что в процессе остывания он будет распространять изысканный аромат.

Кроме того, для заварки иногда можно брать два вида чая: черный и зеленый в пропорции 1 : 3. В процессе заваривания смешиваемых вкусовых компонентов получается неповторимый ароматный букет, вся прелесть которого заключается в том, что цвет напитку придает именно черный чай, а вкус и аромат перебивают компоненты зеленого чая.

Часто в продаже можно увидеть спрессованный зеленый чай, который представлен в форме кирпичика. Для его производства используется огрубевший лист, оставшийся после обработки кустов. Кирпичный чай не имеет особого аромата, а на вкус он более резкий, терпкий, как будто чуть-чуть подгоревший. При употреблении такого чая не следует распаривать весь кирпичик, чтобы взять именно нужную пропорцию, следует аккуратно срезать нужную для приготовления массу.

Кирпичный зеленый чай заваривают немного иначе. Сначала кипятят 30 г концентрированной чайной смеси в течение 10 минут в 2 л воды. За это время все экстрактивные вещества растворяются. В готовый напиток обязательно добавляют молоко или сливки, еще раз кипятят, а затем процеживают. Настоящие ценители такого чая даже немного подсаливают его.

Употребление зеленого чая является самым дешевым и наиболее практичным методом профилактики раковых заболеваний. Полифенолы зеленого чая заметно ускоряют разложение в крови холестерина и жиров, скопление которых в противном случае приводило бы к атеросклерозу и различным сердечно-сосудистым заболеваниям. Такой эффект зеленого чая поддерживает эластичность сосудистой системы, предотвращает ожирение печени, замедляет общее старение организма.

Зеленый чай служит отличным регулятором избыточного веса, так как содержащийся в нем специфический кофеин ускоряет переработку лишних в организме жиров. Этот чудодейственный напиток эффективен для снижения высокого давления, поскольку вымывает соли из организма.

Исследования показали, что зеленый чай является прекрасным средством от похмелья, а также способствует повышению потенции. Этот чай обладает бактерицидными свойствами, поэтому его успешно применяют при желудочно-кишечных заболеваниях.

Зеленый чай рекомендуется употреблять при физической и умственной усталости, головных болях, упадке сердечной деятельности. Иногда зеленый чай употребляется в больших количествах при отравлениях, которые не являются опасными для жизни человека. При резких симптомах пищевого отравления употребление этого напитка нежелательно.

Японцы употребляют экстракт зеленого чая для снижения в крови уровня содержания холестерина. Употребление этого напитка, по данным японских диетологов, снижает риск инфаркта на 25 %. Более того, люди, употребляющие зеленый чай, реже болеют раком пищевода и кишечника.

Тем не менее из-за резко выраженного тонизирующего действия этого чая возможно появление проблем кардиологического характера, развитие тахикардии и даже инфаркта. В первой заварке, так называемой «девушке», большее содержание кофеина. Эффект его воздействия сохраняется в течение нескольких часов.

Чайные советы

Чтобы определить момент, когда чай настоится в достаточной степени, нужно посмотреть на чайники. Чай считается готовым, когда они в разваренном виде опустятся на дно.

Для тех, кто любит зеленый чай и не хочет отказываться от его употребления, можно посоветовать пить его с молоком в пропорции 1: 3 или же употреблять вторую заварку, так называемую «женщину». В таких напитках гораздо меньше кофеина, зато больше витаминов и полезных веществ, тем более что в сочетании с молоком зеленый чай лучше усваивается желудком.

Вообще, зеленый чай в большинстве случаев заваривают по традиционному способу, то есть заливают некоторый объем чайных листьев в фарфоровой посуде крутым кипятком, затем настаивают его и в дальнейшем разбавляют горячей водой для питья.

В Китае в зеленый чай добавляют разнообразные ароматические добавки. Это придает ему несколько непривычный запах, который рассчитан на любителя. Китайцы предпочитают использовать при приготовлении зеленого чая жасмин. Причем в качестве добавки могут использоваться как лепестки цветов специально выращиваемых видов этого растения, так и листья. Предварительно эти составляющие чая не подвергаются обработке, а используются в свежем виде. Их общее содержание в настаиваемом напитке не должно превышать 10 % от общей массы.

Если нет возможности использовать необычайно ароматные листья жасмина, то в качестве добавки к зеленому чаю можно применить и цветочное эфирное масло для аромата. Эфирное масло не придает чаю никакого своеобразного вкуса, поэтому увеличивать его пропорциональное содержание, чтобы получить другой вкусовой оттенок, не стоит.

В качестве добавок к зеленому чаю можно использовать и листья магнолии, содержащие в своем составе эфирные масла и обладающие приятным ароматом. Напиток с таким добавлением по достоинству оценят истинные знатоки и любители зеленого чая. В сочетании с таким компонентом зеленый чай усиливает свое лечебное значение, так как листья магнолии способны понижать артериальное давление, а также расширять кровеносные сосуды.

Из листьев этого растения изготавливают и самостоятельный продукт – цветочное эфирное масло, в котором концентрируются все его полезные компоненты. Такое масло вполне можно добавлять в уже приготовленный зеленый чай, но при этом не следует увеличивать его содержание в напитке, так как при большой плотности оно может иметь обратный эффект.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.