**Введение**

**Чаепитие на Арбате**

(отрывок)

|  |  |
| --- | --- |
| Пейте чай, мой друг старинный,забывая бег минут.Желтой свечкой стеариннойя украшу ваш уют.Не грустите о поленьях,о камине и огне...Плед шотландский на коленях, занавеска на окне.Самовар, как бас из хора,напевает в вашу честь.Даже чашка из фарфорау меня, представьте, есть.Я для вас, мой друг, смешаюв самый редкостный букетпять различных видов чаяпо рецептам прежних лет. | Кипятком крутым, бурлящимэту смесь залью для вас,чтоб былое с настоящимне сливалось хоть сейчас.Настояться дам немножко,осторожно процежуи серебряную ложкурядом с чашкой положу.Я клянусь вам, друг мой давний,не случайны с древних летэти чашки, эти ставни,полумрак и старый плед,и счастливый час покоя,и заварки колдовство,и завидное такоемирной ночи торжество...Булат Окуджава |

Вы пьете чай? А уверены, что вы пьете настоящий, хорошо заваренный чай – вкусный, ароматный и полезный для здоровья напиток?

Думается, не каждый может сказать, что употребляемый им, часто собственноручно приготовляемый, напиток представляет собой максимально использованные качества сухой заварки. Это только на первый взгляд кажется, что заваривать чай совсем несложно. Тем более, что на упаковке обычно указывается способ приготовления.

Что ж, для дилетанта таких сведений, может, и достаточно. Но для настоящего “чаевника” – человека, который хочет получить от напитка подлинное удовольствие, использовать его полезные свойства, – элементарных рекомендаций мало.

Недостаточно знать норму и время заварки. Нужно помнить, что в “технологии” приготовления напитка очень важны все компоненты – скажем, качество воды, материал, из которого сделан чайник, и даже форма последнего.

Чай дорог, и было бы неправильно использовать его неумело, нерационально, не брать от него все, что он способен дать.

**Происхождение и значение слова “чай”.**

## Откуда возникло это слово и что оно означает для нас? В Китае чай имеет сотни названий в зависимости от района произрастания, типа или сорта (“шуйсен”, “юньнань”, “тунчи”, “байча”, “чича”, “хуача”). Но самое употребительное наименование – это “ча”, что значит “молодой листочек”. В разных провинциях по-разному произносится это слово: “ч’ха”, “цха”.

## Все другие народы мира заимствовали свои наименования чая у китайцев.

## В Россию чаи поступали испокон веков из Северного Китая – либо из Ханькоу, и поэтому русское слово “чай” ближе всего к северокитайскому произношению.

## Португальцы, которые первыми из западноевропейцев познакомились с чаем и стали вывозить его с юга Китая, называют “цаа”.

## У народов Индии, Пакистана, Бангладеша, чай называют “чхай” или “джай”.

## В средней Азии сейчас чай называют “чай” или “чой”. Монголы – “цай”, калмыки –“ца”, а арабы – “шай”.

## Японцы и корейцы произносят, как “тьа”. Отсюда и пошло наименование чая у большинства европейских народов, познакомившихся с чаем через Японию и Амоя, отчего именно амойское произношение – “тьа” или “теа” было положено в конце XVIII века в основу латинского названия чая (Thea).

## Совершенно особняком стоит название чая у поляков – “хербата”. Это слово не польское, а слегка видоизмененное латинское “герба”, что означает трава “трава”. Дело в том, что чай долгое время применялся в Польше исключительно как лекарственное средство, так и не получив распространения как напиток, и продавался поэтому исключительно в аптеках. Аптекари и дали чаю такое название, считая, что чаинки изготавливают из особого вида “китайской травы”.

## Откуда пришел к нам чай.

Само появление чая овеяно легендами. Чаще всего ссылаются на ту, согласно которой первыми стали употреблять настой листьев пастухи на юге Китая, обратив внимание на животных, которые щиплют листочки с кустов и делаются бодрее.

Родиной чайного куста считают Индию, где в местности Ассами были найдены дикие кусты семейства Theaceae. Однако легенды, связанные с историей чая, уносят нас в Китай, где уже в 2700 г до н.э. в одной китайской рукописи упоминается о чае. По одной из легенд в 1737 г до н.э. китайский император кипятил воду в своем саду, вдруг с куста прямо в закипающую воду слетело несколько листьев. Он попробовал воду и пришел в восторг от приятного вкуса и нежного запаха. Так был открыт чай

По японской легенде – священник отрезал свои смыкающиеся веки и бросил их на землю. Там где упали его веки, выросли два чайных куста, листья которых были способны отгонять сон. Теперь не важно, какая из этих истории действительно правда. Ведь сегодня чай стал одним из самых популярных напитков в мире.

В VI – VII веках чай пили уже в большинстве китайских провинций. В Европу первые сведения о чае проникли в 1584 г. Его распространению способствовали послы, которые привозили его из Китая.

Первоначально, в XVI веке, чай появился в Португалии, затем в Голландии. В Англию он проник во времена Ост-Индской компании в 1664 г.

В 1679 г был заключен договор на поставку чая из Китая в Москву.

В 1880-х г ящик чая в Китае стоил 50 руб., а накладные расходы достигали 80 руб.

**Где и как выращивают чай**

Вначале чайное растение распространилось по соседним с Китаем странам Азии. В Японию оно проникло спустя почти пятьсот лет. И лишь в XVIII в. — через тысячелетие — в другие азиатские и европейские страны, в начале XIX в. — на Яву и Суматру, на Цейлон, к концу века — в Африку, в Южную Америку.

В Российском государстве интерес к выращиванию чая проявляется в конце XVIII столетия. Именно тогда в одном из журналов публикуется статья о том, как “произращать чай в России”, с предложениями организовать его плантации в самых южных районах империи. Первый чайный куст был завезен в Никитский Ботанический сад в Крыму в 1817 г. Однако началом чаеводства на территории тогдашней России следует считать 1833 год, когда опыты по разведению чая начались в Грузии. Правительство относилось к этому без энтузиазма, чаеводством занимались энтузиасты, среди которых был князь Миха Эристави. Он побывал в Китае и постарался в своем поместье вырастить не только чайные кусты, но и повторить китайскую технологию получения конечного продукта. Как результат своих работ он привез на Всероссийскую выставку в Санкт-Петербург первый отечественный чай.

Чаеводы изучали опыт Китая, Индии, Цейлона. Именно на основе собранных там материалов и создавалась чайная промышленность.

И. А. Кошман – крестьянин, приехавший с Украины в район чайных плантаций. Сначала энтузиаст работал в районе Чаквы и там многому научился.

Тогда было распространено мнение, что севернее субтропической зоны, чай расти не может. Кошман решил это опровергнуть. В 1900 г. он переехал в маленькое селение Солох-Аул, построил деревянный домик и через год на площади 0,6 га посадил чайные кусты. Это был смелый эксперимент, так как климат там считался суровым. Благодаря исключительному трудолюбию Кошмана, умелому уходу за растениями и агротехническим мероприятиям все кусты прижились и через четыре года дали первый урожаи.

Из трех комнат дома, где жил экспериментатор, одна была приспособлена для переработки чайного листа. Кошман следил, чтобы никто из курящих сюда не входил, так как это могло испортить чай. Соблюдалась абсолютная чистота. Пока не вымоешься в бане, в комнату, где готовился чай, никого не пускали. Готовый сухой чай хранился в большом сундуке. Были специальные железные банки. Их обстилали бумагой, ссыпали туда чай, а потом, чтобы воздух не проходил, закладывали бумагой ещё и сверху. Затем расфасовывали в пачки.

В 1906 г. Кошман стал продавать свой чай на рынке. Правда, другие торговцы увидели в нем опасного конкурента и добились запрета торговли и даже ареста Кошмана.

Но вот русский чай попал на выставку. Им заинтересовались чаеводы страны. У И. А. Кошмана нашлись последователи, в результате продвинулась граница чаеводства далеко на север, туда, где морозы зимой достигают минус 15ºC и больше. Чайные плантации появились в районе Адлера и Сочи. В 30-е годы кусты чая занимали уже сотни гектаров.

Чайный куст произрастает в областях, расположенных между 45º северной широты и 30º южной широты на высоте от 300 до 2000 метров над уровнем моря. Чай выращивают обычно в джунглях или на месте каких-либо старых посадок. При подготовке чайной плантации сначала выкорчевывают старые корни, затем для разрыхления почвы высеивают пампасную траву. Землю, проросшую травой, проросшую травой, вспахивают и в нее сажают чайные кусты.

 Чтобы чайный куст давал чайный лист, ему необходимо помимо тепла, еще и влага. Причем чай любит влагу 2-х видов: во-первых, повышенную влажность воздуха, во-вторых, влагу в виде осадков, виде частого и обильного полива. Но чай не выносит ни малейшего застоя воды под корнями; они должны омываться водой, а не находиться в воде.

Чайные кусты не знают болезней. Чайный куст долговечен. Продолжительность его жизни более 100 лет. Плодоносить он начинает рано, но максимальный сбор листа наблюдается через 8–10 лет.

Искусственно выведенный чайный куст Camelia sinensis – это вечнозеленое растение с блестящими листьями. В дикой природе оно может достигать 10 м высоты, но на плантациях его рост искусственно ограничивают до 1,5 м. Обрезание улучшает рост листьев и облегчает их сбор. Чай в основном выращивают на высоких склонах гор. Лучшие урожаи собирают на высоте 1000 м. Сбор чайных листьев происходит вручную. Приблизительно через каждую неделю с верхушек снимают почку и 2 самых верхних листа. Опытный сборщик за день может собрать 30 кг листьев, что соответствует 7,5 кг готового чая.

**Переработка чая**

Чай перерабатывают в стране-производителе и экспортируют в виде готового продукта.

Свежесобранные чайные листья очень нежные, и поэтому их проверяют сразу же на месте сбора, после чего подвергают переработке. Существуют 5 стадий переработки черного чая.

1. На 1-ой стадии переработки листья сушат. Листья 4кладут на решетки и выдерживают в течение часа при 1º+20º+30ºC. При этом листья теряют от трети до половины своей влажности, в результате чего они становятся мягкими и легко мнущимися.
2. На 2-ой стадии листья поступают в “вальцовочный станок”, где они накручиваются на рулон. При этом стенки клеток разрушаются, что приводит к высвобождению ферментов.
3. Листья раскладывают в прохладном помещении, влажном и темном приблизительно на 3 часа для ферментации или брожения. Полифенол окисляется, и листья приобретают медный оттенок. При более короткой стадии можно полиферментировать чай (Oolong). При производстве зеленого чая стадия ферментации отсутствует.
4. Далее чайные листья высушивают при температуре +100ºC, после чего в них остается только 1–4% влажности.
5. Наконец, сушеные листья на больших решетах сортируют на целые, рваные, мелко крошеные листья и чайную пыль. Более крупные части листа идут на производство листового чая, мелкие части – на чай в пакетиках, а чайная пыль используется при изготовлении кофеина.

**Черный, красный, желтый, зеленый**

Для многих любой чай хорош, лишь бы настой был потемнее. Но, оказывается, между чаями есть разница, и очень большая.

Черный чай получается в результате прохождения сырьем всех стадий обработки – завяливания, скручивания, ферментации, сушки и сортировки. Для получения зеленого чая из названных стадий лист проходит скручивание, сушку и сортировку. Красный и желтый чаи подвергаются всем стадиям обработки, но не в полной мере. Красный чай по характеру производства ближе к черному, а желтый – к зеленому, т. к. степень ферментации красного выше, чем желтого.

### Черный чай

 Этот тип чая распространен в европейской части. Черным его называют из-за цвета готовой продукции. Такой чай дает интенсивный настой и имеет терпкий вкус, поэтому пользуется самой большой популярностью. Но интенсивный настой еще не определение качества напитка. Главное – вкус и аромат.

Черный чай имеет несколько разновидностей. Байховый чай, состоящий из отдельных чаинок. Но выпускают этот чай в виде спрессованных плиток, состоящих из мелких чаинок, крошек и веточек. По своим качествам, он значительно уступает рассыпному.

 Нельзя не сказать и о пакетированном чае, хотя это скорее вариант упаковки. Выпуск такого чая на столько велик, что для его получения используют не только высокосортную крошку, но и стирают в порошок лист. Пакуют его в прочную неразмокаемую бумагу порционно. Отличный чай в такой упаковке выпускают в Англии (фирма “Липтон”), на Цейлоне, в США и других странах. Он удобен для быстрого приготовления напитка.

Растворимый чай появился сравнительно недавно. Собственно, это не чай, а экстракт. Современное оборудование позволяет перевести в экстракт все растворимые вещества, содержащиеся в листе. Но при этом снижается вкус, аромат чая.

Растворимый чай может быть черным, зеленым или в смеси. Самым большим его достоинством является скорость приготовления любой концентрации. Но черный растворимый чай получается нужного качества, поэтому спросом не пользуется.

Растворимый зеленый чай вкуснее; его используют в лечебных целях.

### Красный чай

Это недоферментированный чай, близкий к черному, имеющий своеобразный вкус и аромат. Производят его только в Китае. Аромат этого чая очень своеобразный, сильный, приятный, как и вкус.

Несколько слов об ароматизации чаев. Ароматизируют чаи цветами жасмина, микелии, цулана и другими растениями. Эти китайские чаи славятся во всем мире. Способ ароматизации известен всем: нераскрывшиеся бутоны цветов некоторое время выдерживают в прохладном месте, рассыпая слоем до15 см, затем сортируют. Для придания аромата чай и цветы насыпают слоями, перемешивают, засыпают в ящики, закрывают и оставляют в таком виде на 10–12 часов, после чего цветы отделяют от чая. Так как цветы увлажняют чай до 17–18%, то после ароматизации его просушивают. После вторичной сушки иногда добавляют немного цветков и упаковывают.

Иногда чаи ароматизируют добавлением сухих лепестков роз. Наилучших результатов по ароматизации достигли китайские чаеводы. Аромат их чаев сохраняется очень долго, иногда несколько лет.

В США чай ароматизируют эссенцией. Но качество таких чаев ниже.

В заварке ароматизированных чаев есть особенности. В Китае, например, чайником для этого не пользуются. Чай насыпают в чашку, заливают кипятком и закрывают крышкой на 3–4 мин. Пьют такой чай только без сахара. В ту же чашку без добавления заварки кипяток можно наливать несколько раз.

### Желтый чай

 Его изготавливают из высокосортного сырья – молодых побегов и чайных почек. Этот чай близок к зеленому, т. к. процесс ферментации при его производстве почти не происходит. Собранное сырье подвергают длительному завяливанию, не слишком интенсивному скручиванию и сушке. Этот чай обладает тонким ароматом, приятным вкусом и хорошим настоем.

Производство и история желтого чая овеяны легендами и тайнами. Религиозные церемонии в Китае сопровождались чаепитием, где угощали именно желтым чаем. Его подавали и во дворце императора, наравне с красным. Желтый чай не разрешалось продавать.

В настоящее время его выпускает английская фирма “Липтон”.

### Зеленый чай

 Этот чай наиболее широко распространен после черного. Чай называется зеленым по цвету сырья и настоя. Высокие сорта чая серебристо-зеленые, а цвет настоя – светло-зеленый.

Зеленый чай имеет своеобразный вкус и терпкость, а при повышенной концентрации даже вяжет. Пьют этот чай без сахара. Этот чай хорошо утоляет жажду, поэтому широко распространен в Средней Азии.

Технология изготовления зеленого чая полностью исключает ферментацию. В основе его производства лежит фиксация веществ сырья. Для пропаривания созданы специальные машины. Процесс длиться всего 2 мин. Пар используют перегретый, с температурой не ниже 120ºC. В результате такой обработки разрушаются ферменты, исчезает запах зелени, лист становится мягче, а его цвет остается зеленым. Затем лист подсушивают в сушильных машинах, что аналогично завяливанию, т. к. влажный лист нельзя скручивать.

Скручивание чайного листа очень ответственная операция. Его производят роллерные машины. Оно может быть однократным или двукратным. Сортируют и упаковывают его так же, как черный чай.

Основным поставщиком зеленого чая является Китай. Здесь его не пропаривают, а поджаривают. Лист бросают в специальные жаровни, где он находится около 3-х мин, уменьшаясь в объеме в 2 раза. Затем его перемешивают вручную и очень сильно скручивают. В Китае считают, что поджарка листа делает его лучше по качеству, вкусу, внешнему виду и аромату.

В Китае зеленый чай ароматизируют. Это придает ему довольно резкий непривычный запах, рассчитанный на любителя. Такой чай употребляют жители стран, где для приготовления пищи используют много специй. Особенно ценится чай, ароматизированный жасмином.

Прессуют чаи черные и зеленые. Кроме того, имеется полупрессованный чай – квашенный или силосированный. По характеру сырья и форме прессования такие чаи делятся на кирпичные (поленные), плиточные и таблетированные.

# **Кирпичный чай**

Его вырабатывают в Китае и не только там. Чаще всего его выпускают в виде кирпича. На каждом кирпиче стоит трафаретный оттиск. По цвету кирпич коричнево-зеленый. Он не должен разминаться руками. Этот чай не имеет особого аромата. На вкус он резкий, терпкий и как будто чуть-чуть подожженный.

Для его производства идет грубый и огрубевший лист, оставшийся после формовки кустов.

## Плиточный чай

Плиточные чаи отличаются от кирпичных прежде всего характером материала. Для изготовления их идет крошка, высевки, словом второстепенные продукты чаепромышленности, в то время как производство кирпичного чая базируется на второстепенном сырье чайного хозяйства при сборе листа.

Плиточный чай прессуется небольшими прямоугольными плитками. В России в конце XIX в. чаеторговцем Пономаревым была предпринята попытка прессовать из рассыпного китайского чая плотные плитки. Этот чай завоевал популярность среди военных, туристов, охотников как компактный, удобный в полевых условиях продукт, обладавший всеми свойствами черного чая.

По вкусу и аромату плиточный чай напоминает сорта тех байховых чаев, из которых он сделан, но бывает более крепок и экстрактивен. Это объясняется тем, что при прессовании под высоким давлением часть пектинов и смолистых веществ выдавливается из крошки и потому быстрее переходит в настой.

### Таблетированный чай

 Есть и таблетированные чаи. Принципиально они не отличаются от плиточных, но имеют свои особенности. В таблетки весом 3–5 г прессуется самая высококачественная крошка, иногда предварительно специально размолотая в пудру. В некоторых случаях на производство лучших сортов таблетированных чаев в пудру стирается листовой чай, затем прессуемый в таблетки.

В большинстве своем таблетированные чаи – черные, ибо они больше крошатся, больше дают сырья для таблетирования. Но в последнее время появились и зеленые таблетированные чаи. Выпускаются также таблетированные чаи с наполнителями — сахаром, сухим молоком, лимонной кислотой и другими продуктами. Обычно они подвержены, быстрой порче, поэтому их применение не получает широкого распространения.

Таблетированные чаи не являются концентратами, хотя внешне похожи на них. Таблетка заключает в себе одну-две нормы заварки, оформленные в дозированную, компактную форму, удобную для употребления в недомашних, дорожных условиях, особенно для заварки непосредственно в чашку. Таблетированные чаи дают, как правило, замутненный, некрасивый настой. Вот почему их стали заменять пакетированными, когда чайная пудра не прессуется, а помещается в небольшие бумажные пакетики из расчета на одну-две – четыре заварки-порции.

#### Быстрорастворимый чай

Быстрорастворимые чаи экономичны, удобны, но, к сожалению, невкусны. Они представляют собой сухой (кристаллический) или жидкий экстракт, получаемый либо непосредственно из натураль­ного зеленого чайного листа, либо из готового чайного настоя, за­варенного в большой концентрации, а затем выпаренного в спе­циальных резервуарах.

**Чай со всего света**

Большую часть потребляемого нами чая привозят из Индии. “Assam” – крепкий и пряный сорт чая, который можно узнать в чашке по его тёмному цвету. “Darjeeling” – так называется нежный светло-желтый чай с высокогорий Гималаев. Более острые сорта чая “first flush” – из первого весеннего урожая, и более темные и крепкие сорта “second flush” – из урожаев летних месяцев.

На Цейлоне возделывают знаменитый своим терпким вкусом и сильным ароматом сорт чая, который известен нам по сохранившемуся до сегодняшних дней старинному названию “Шри Ланка” (Sri Lanka).

В Китае производится большей частью зеленый чай “Gunpowder”, или, как его называют, “порох” – листья этого чая скатаны в шарики, – и “Chanmee”. Это 2 наиболее известных сорта зеленого китайского чая. Из сортов черного чая известен “Lapsang Souhong” – дымчато-черный чай высшего качества.

В Индонезии, на острове Ява, успешно культивирует сорт крепкого чая, напоминающий “Assam”. Сорта чая с Суматры используют, в основном, смесях.

На банках или коробочках с чаем указывается, где он выращен, к какой группе сортов относится, а также его основное качество:

“Flowery” – “цветочный”, очень ароматный чай.

“Orange” – это определение в данном случае относится не к апельсину, а к нидерландскому королевскому дому Oranien. “Королевское” здесь означает “особенно хорошее”.

“Pekoe” – “Белый пух” в переводе с китайского – это мелкие, еще нежные листья чая, чаще всего терпкого вкуса.

“Tippy” – особенно нежный листовой чай, содержащий множество молодых, светлых, начавших распускаться почек (“Tips”).

История создания компании TWININGS очень интересна. В 1706 г. человек по фамилии Твайнингс купил кофейню “Tom's Coffee House”, одну из более чем 2000 кофеен, расположенную в лондон­ском Сити. Чтобы выдержать жестокую конкуренцию и привлечь клиентов, Томас Твайнингс решил предложить в своем за­ведении вместо привычного кофе чай.

К 1717 г. его бизнес уже достаточно рас­цвел, и Томас, вынужденный расширить свое дело, купил еще два дома, прилега­ющих к кофейне. Эмблемой дома Твайнингса стал Золотой Лев. Эта эмблема и по сей день остается символом чайной компании TWININGS,

В 1837 г. королева Виктория пожалова­ла компании TWININGS королевскую Га­рантию Качества.

Вековые традиции компании продол­жают уже девять поколений династии Твайнингс. Чай этой марки популярен бо­лее чем в 90 странах мира. Попробуйте чай TWININGS — это дей­ствительно удовольствие вкуса!

Грузинский чай

Грузинские чаи более резки и терпки по сравнению с краснодарскими. В случае хорошей кондиции они обладают полным, бархатистым, терпковатым и лишь им присущим характерным вкусом. Он непохож на вкус индийских чаев. Однако вкус грузинских чаев более приятен, если его удается четко вы­явить правильным завариванием. Что же касается аромата грузинского чая, то он тесно связан со вкусом и в рядовых сортах выра­жен слабо, а в “букете” – довольно отчетливо.

Увеличить концентрацию настоя можно только путем увеличения дозы завариваемого чая. При высокой концентрации настоя и правильной заварке грузинский чай обнаруживает все свои положительные качества: тонкий аро­мат, приятный, своеобразный, не резкий, бархатистый вкус. Чрез­вычайно важно для развития аромата и вкуса при заваривании соблюдать особый тепловой режим – высокую исходную темпера­туру чайника и температуру помещения выше 20°С. Только при соблюдении этих условий грузинские чаи можно оценить по досто­инству.

# **Азербайджанский чай**

Азербайджанские чаи близки к грузинским, а высшие сорта не уступают последним по бархатистости вкуса и нежности аромата. По экстрактивности же высшие сорта азербайджанского, всегда мелкие, выше грузинского. Однако это достоинство теряется при дальнейших перевозках, ибо азербайджанский чай отличается по­вышенной чувствительностью к колебаниям температуры и влаж­ности. Поэтому качество рядовых сортов этого чая вообще резко снижается при длительном хранении, вдали от места их производ­ства. Это обстоятельство объясняет существующий парадокс: в Азербайджане чай имеет прекрасные качества и высоко ценим населением, а за пределами его пользуется сравнительно неболь­шим спросом, так как обычно уступает грузинскому.

## Индийский чай

Индийские черные чаи делятся на две большие группы – североиндийские и южноиндийские. Основную массу чаев Северной Индии составляют ассамские чаи.

В Западной Бенгалии – Дарджилинге, где на высоте свыше 2 тыс. м над уровнем моря растет китайская разновидность чая, вырабатывается лучший в Индии, да и возможно один из самых лучших в мире сортов черного чая – дарджилнг, отличающийся медово-розанистым оттенком вкуса и аромата, дающий интенсив­ный, яркий, красивый, бархатистый настой.

В Южной Индии из двух районов, Керала и Мадрас, наилучшие чаи дает последний, где также разводят ассамскую разновидность. Они привлекают массового потребителя главным образом простотой употребления, ибо их темный цвет настоя и резкий, “доходчивый” чайный вкус почти всегда гарантированы, даже при не особенно тщательном заваривании.

Индийские чаи принадлежат к так называемым тяжелым утрен­ним чаям по характеру их употребления, а не к легким, или ве­черним, в которых ценится аромат.

# **Цейлонский чай**

Цейлонские черные чаи менее разнятся между собой, чем индийские, они более однородные в силу схожести природных условий в Шри-Ланке. Но и здесь лучшие чаи получают с высокогорных плантаций, расположенных в центре горного массива в южной час­ти острова, причем только от сборов, идущих с июня по сентябрь, в то время как максимальные сборы происходят в марте—апреле и дают чай не столь высокого качества. Все плантации, располо­женные на высоте ниже 600 м над уровнем моря, а также боль­шинство других, средневысотных, дают довольно ординарные, сред­него качества чаи. Вот почему неверно считать, что любой чай, если он “цейлонский”, обязательно хороший.

# **Китайский чай**

Китайские черные чаи отличаются исключительным многообразием сортов. Их несколько сотен. При этом их общей особен­ностью является богатство ароматической гаммы и прекрасный терпкий вкус без неприятной резкости, свойственной некоторым сортам южноиндийских и цейлонских чаев.

В основном в европейских странах наиболее известен так называемый жасминный китайский чай, т. е. ароматизированный жасмином черный или зеленый байховый чай, средний по качеству, который следует употреблять не самостоятельно, а как добавку к индийскому, грузинскому или какому-либо другому чаю.

# **Африканский чай**

Африканские черные чай, как правило, – сравнительно низкого качества: крайне резки, почти горьки, приспособлены для завари­вания лишь в очень мягкой воде. Лучшие из них – угандийские (“Гордость Африки” и чаи с плантации провинции Торо). Наибо­лее грубые – конголезские. По внешнему виду все они мелкона­резанные.

### Турецкий чай

Правда, низкое качество напитка в значительной степени объяснялось неправильным завариванием. Оказывается, сухого турец­кого чая надо брать больше, чем других сортов (чайную ложку на стакан воды) и заваривать следует подольше.

Химический состав чая

Чай содержит растворимые и нерастворимые в воде вещества: фенольные соединения, катехины, сахара, пектиновые вещества, спирты, кислоты (янтарная, лимонная, молочная), аминокислоты, производные пурина (кофеин, гуанин, аденин, теофелин, теобромин), пигменты, витамины, ферменты, минеральные и ароматические вещества, белки, целлюлоза, крахмал, жирорастворимые витамины.

**Дубильные вещества**

Это фенольные соединения, которые составляют 15–30%. Дубильные вещества чая – это танин. Состав дубильных веществ зависит от погоды. В период дождей их количество уменьшается, а в солнечную увеличивается. Чем больше в сухом чае дубильных веществ и соединений, тем выше качество настоя, лучше цвет, терпкость и аромат.

**Алкалоиды**

К их числу относится кофеин, оказывающий возбуждающее действие, поэтому чай издавна считается напитком бодрости. Кофеин чая не накапливается в организме, а выводится из него, поэтому чаи можно пить больше, чем других напитков, содержащих кофеин.

**Пигменты**

Эти вещества участвуют в окраске настоя, который в зависимости от типа и сорта чая можем быть от светло-желтого до красно-коричневого цвета.

**Углеводы**

Растворимые углеводы – это сахароза, фруктоза и глюкоза. Нерастворимая группа углеводов – это крахмал, целлюлоза и другие вещества.

**Пектины**

Большое их количество содержится в хороших сортах чая. Эти вещества сохраняют чай.

**Зольные элементы**

В чае высшего сорта найдено много калия и фосфора. Калий способствует нормализации деятельности сердца. В низких сортах преобладают натрий, кальций, магний. Найдены в чае соли железа, микроэлементы, как фтор, йод, медь, золото. Известно, что фтор предохраняет зубы от кариеса. Йод является антисклеротическим элементом.

**Витамины**

Чай богат витаминами. Витамин C впервые обнаружили японские учёные в 1924–1925 гг. В чайном листе Грузии его содержится в 3–4 раза больше, чем в соке лимона. Конечно, в процессе обработки сырья часть витаминов разрушается.

Есть и другие витамины B1, B2, PP, B15, рутин. Танин чая укрепляет стенки кровеносных сосудов. В настое чая найден витамин K, обеспечивающий нормальную свертываемость крови.

**Как в старину подавали чай.**

Есть такой афоризм: чай (имеется в виду напиток) должен быть как поцелуй – горячий, крепкий, сладкий.

Раньше угощение за чайным столом скромным. Утром кашу, иногда яйца всмятку. Дети с удовольствием ели булку, размоченную в кипятке и посыпанную сахаром. Утром и вечером на столе лежали баранки. Не менее популярны были сушки. Трудно представить себе чайный стол без калачей.

К чаю непременно подавали молоко или сливки. Пили его с вареньем или вприкуску с кусочком колотого сахара. По воскресным дням и для званного чая в купеческих домах пекли пироги, а среди интеллигенции было принято делать бутерброды, подавать халву, пирожные и восточные сладости. Во всех домах любили пить чай с пряниками.

Сейчас забыты такие популярные лакомства, как помадки и тянучки. Чай с ними считался дневным, но пили его, как правило, после, после обеда, около 5 часов вечера.

Главенствующую роль за чайным столом представляли хозяйке дома или старшей дочери. Они разливали чай, направляли разговор. Возле них стояли чашки, и по мере прибытия гостей, которым позволялось появляться в любое время, они наливали чай – обязательно через ситечко. Если кто-то просил еще чаю, чашку ополаскивали и вновь заполняли ее. Для этого на столе стояла полоскательница. Чайную посуду на кухню не носили. Ее тут же мыли, насухо вытирали и ставили в буфет.

Особой гордостью в каждом доме были чайные полотенца. Вышивала их хозяйка дома, дочь или невестка. Узоры передавались из поколения в поколение, особенно в сельской местности.

Вечерний чай в семье обычно проходил достаточно скромно. На стол подавали булочки, белый хлеб, варенье, пряники и печенье.

Мужчинам чай подавали в сканах с подстаканниками, а женщинам – в чашках. В очень больших, бедных семьях, где не было возможности купить фарфоровую посуду, пользовались дешевыми стаканами, которые ставили на стеклянные блюдца.

Ложки появились в России очень давно. Чайные ложки распространились в конце X начала XI века. Делали их из различного металла. В богатых семьях пользовались серебряными ложками, иногда они были отделаны эмалью. Бедные семьи довольствовались оловянными, костяными ложками или из сплавов. Чайные ложки имели различную форму, часто затейливую, но объем их был почти одинаков – 4-5 г.

Утренний чай

Утренний настрой во многом определяет день. Ранний подъем — одно из важных условий психической саморегуляции и здорового образа жизни. Поэтому и утренний чай в семье для каждого человека достаточно значим. Постарайтесь сделать так, чтобы за чайный стол хотя бы в выходные и праздничные дни садилась вся семья.

Как накрыть стол для утреннего чая? Ежедневный утренний чай пьют в скромной обстановке с минимальным количеством посуды и столовых принадлежностей. Стол может быть накрыт красивой клеенкой или моющейся скатертью, а если его поверхность полированная и не боится влаги, лучше положить салфетки для каждого члена семьи и поставить на них посуду.

При сервировке стола каждому ставят чашку или стакан с подстаканником, кладут чайную ложку, вилку и нож. По центру ставят масленку и сахарницу. В зависимости от приготовленной еды могут быть поданы тарелки с закуской, бутерброды, фрукты, варенье и сухофрукты. На столе обязательны бумажные салфетки.

Званый чай

Вам это словосочетание кажется странным? А званый ужин вас не удивляет? Ведь на чай тоже когда-то звали! Устроить дома чай и пригласить гостей совсем неплохо. К этой идее стоит подойти серьезно и осмысленно, подумать, кого именно и сколько человек пригласить. Это зависит от конкретных обстоятельств и вопросов, которые необходимо обсудить, или свободного времени, которое задумано интересно провести. По классическим канонам чаепитие положено устраивать между обедом и ужином. И это имеет свои преимущества. Основной целью званого чая является приятное общение, интересные беседы, отдых от повседневных забот.

При встрече гостей хозяева не должны забывать свои обязанности. Хорошо, если большинство приглашенных знакомы между собой. Тема разговора должна быть актуальной, интересной и понятной всем.

На чайном столе лучше всего смотрятся цветы в низких хрустальных, фарфоровых или керамических вазах. Если ваза с цветами одна, ее ставят посередине стола, если их несколько — распределяют равномерно. Цветы обычно подбирают, с учетом расцветки посуды и скатерти.

Сервировка чайного стола – особая забота хозяев. Можно поставить много вкусных блюд, но, если они будут неумело оформлены, эффект угощения утратится. Набор предметов для чая сравнительно невелик, как и при утреннем завтраке. Индивидуальные приборы кладут за тарелкой в определенном порядке: вилка, нож, ложка. Все чашки должны быть рядом с хозяйкой. Когда гости сядут за стол, она наливает чай и передает чашки. Рядом с самоваром или чайником должны быть чайница с заваркой, ситечко и полоскательница.

Посуды и предметов общего пользования потребуется немного: блюдо для хлеба или хлебница, покрытая салфеткой, масленка или тарелочка для масла, сахарница, молочник, лимонница или блюдечко, ваза для фруктов, тарелка или ваза для печенья, торта, кексов. Если предусмотрено угощать гостей бутербродами, канапе или какой-либо закуской, ставят дополнительную посуду. Конфеты, сухофрукты и изюм лучше подать в хрустальных, мельхиоровых или серебряных конфетницах.

# **Визави за чашкой чая**

Беседа за чайным столом может быть деловой или интимной. Соответственно разной будет и сервировка стола. При деловой беседе стол накрывают строго, используя минимум убранства. Чашки с чаем и скромное угощение можно принести на подносе вместе с приборами общего пользования. Очень подходят к такому чаю солёное или мелкое печенье, маленькие бутерброды. Обстановка не должна расслаблять собеседников, она предусматривает собранность, четкий ритм и темп.

Совсем иная обстановка при встрече личного характера. Она может быть эмоционально насыщенной, не очень последовательной, длиться неопределенное время или с раздумьями и вопросами, на которые порой не так просто найти ответ. Такая беседа может иметь меняющийся темп, паузы или бурные объяснения. И все-таки разговор личного плана приятнее, а то и успешнее веет за чашкой чая.

Такое чаепитие требует большого внимания к оформлению стола: хорошая скатерть, со вкусом подобранные цветы, красивая посуда.

Национальные способы заварки

Истый любитель чая интересуется его приготовлением не толь­ко распространенным способом, а и по-другому, с использованием национальных особенностей. Не все национальные способы заварки являются правильными с точки зрения современных научных представлений, но тем не менее многие из них весьма живучи. Они тесно связаны с географическими, климатическими, социаль­ными и другими условиями отдельных стран, их нельзя механи­чески применять в иных условиях.

**Китайские способы**

За несколько веков культуры чая в Китае было перепробовано много способов его приготовления, начиная с примитивной варки сухого чая и кончая мгновенным, растворе­нием экстракта чая в горячей воде. Однако как самые простые, так и самые сложные способы были с течением времени отвер­гнуты. Оставлен самый рациональный – тот, который лег в основу международного способа заваривания и которому в общих чертах следуем мы.

Примерно в XV–XVI вв. китайцы целиком перешли на заваривание в гайванях – специальных чашках типа пиалы объемом 200–250 мл, но с резким расширением в верхней четверти и с крышкой, диаметр которой меньше диаметра верхнего края чашки.

В такую чашку засыпают 4–5 г чая и тотчас же заливают во­дой на **⅔** или до половины объема. Время заваривания не превы­шает 2–2,5 мин, максимум 3–4 мин для некоторых сортов чая. Из гайвани чай наливают в чашку для питья так, что крышка да­же не приподнимается (чтобы не выпустить аромат), она лишь неплотно прижимается к краям гайвани, и чай выливается через образовавшийся таким путем зазор. Чай пьют в горячем виде ма­ленькими глоточками, без сахара и иных приправ, которые, по мнению китайцев, совершенно искажают истинный аромат чая.

В сдабривании и приукрашивании чая у китайцев нет необходимости отчасти и потому, что они употребляют главным образом желтые, красные и зеленые ароматизированные чаи, имеющие исключительно нежный и сильный аромат.

Выпив **¾** содержимого гайвани, оставшуюся четверть настоя вновь заливают кипятком.

Высококачественный чай можно заливать в гайвани до четы­рех раз (не сливая его), а другие – лишь два, максимум три раза.

Первая чашка чая при таком заваривании имеет более слабый настой, светлого колера, но ароматный. Вкус же чая появляется после второй, третьей заливки. Поэтому у китайцев можно встре­тить такое утверждение, что наиболее вкусна вторая заварка чая. Но это относится только к завариванию в гайванях. Заваривание чая в простой чашке или в пиале совершенно не может сравнить­ся с завариванием в гайванях.

В южных и юго-западных провинциях Китая национальные меньшинства употребляют различные сорта прессованных черных чаев дающих терпкий настой, к которому примешивают после приготовления разнообразные пряности: имбирь, бадьян, корицу (в сочетаниях или в отдельности), а также пьют чай с миндалем.

Тибетский способ

В Тибете чай употребляют в пищу как в обычном для всех народов жидком виде, так и в сухом.

Чайный напиток в Тибете называется часуйма и представляет собой крепкий кирпичный чай (примерно 50–75 г сухого чая на 1 л воды), в который добавлены сливочное (обязательно топле­ное) масло яка (100–250 г на 1 л) и соль по вкусу.

Всю эту смесь (горячую!) взбивают в специальном продолговатом бочонке, похожем на русскую маслобойку, до тех пор пока не получится однородный по консистенции густой напиток – очень калорийный и своеобразный по своему тонизирующему дей­ствию, а потому способный почти мгновенно восстанавливать силы ослабевшего человека.

Сухой чай в Тибете употребляют для приготовления национального кушания “цзамбу” (мука из предварительно пережаренных зерен ячменя, смешанная и тщательно протертая с маслом яка, сухим кирпичным чаем и солью).

# **Монгольский способ**

Мон­гольский способ употребления чая сходен в принципе с калмыцким и отчасти с киргизским. Это один из древнейших способов,

широ­ко распространен от пустыни Гоби до междуречья Волги и Дона.

Основными компонентами являются зеленый кирпичный чай, молоко, масло, мука и соль. В зависимости от национального райо­на, где употребляется чай по-монгольски, все его элементы, кроме кирпичного чая, могут варьировать. Так, молоко может быть ко­ровьим, верблюжьим, а масло может иногда вовсе отсутствовать или заменяться и дополняться топленым салом (говяжьим, ба­раньим); мука может быть пшеничной, ячменной, ржаной и допол­няться рисом, пшеном (гаоляном). Иногда наряду с солью кладет­ся черный перец горошком (горький) из расчета – одно зернышко на стакан, а у калмыков – лавровый лист, реже – мускатный орех.

Вот два рецепта приготовления монгольского чая.

Монголы предварительно растирают кирпичный чай в порошок и заливают 1–3 столовые ложки литром холодной воды. Как толь­ко вода закипает, в нее добавляют 0,25–0,5 л коровьего, овечье­го или верблюжьего молока, 1 столовую ложку топленого сливоч­ного масла яка, верблюжьего или коровьего, а также 50–100 г предварительно пережаренной с маслом муки (затирухи) и поло­вину или четверть стакана какой-либо крупы (рис, пшено). Все это еще раз доводят до кипения и готовности, причем по вкусу добавляют соль. Если крупу не кладут, то соли добавляют очень мало, а современные городские монголы иногда вовсе не добавляют.

**Туркменский способ.**

Заваривают чай не водой, а молоком, при­чем молоком очень жирным, как правило, верблюжьим.

Способ этот приемлем в условиях жаркого климата пустынь и солончаковых степей, где отсутствие воды и наличие горячего песка (60–80°С) создают основные условия для такого завари­вания.

Большой фаянсовый чайник на 2,5–3 л ставят в раскаленный песок для прогревания. Затем в него засыпают черный байховый чаи, как правило, мелкий индийский низких сортов из расчета – 25 г на 1 л молока, “смачивают” его стаканом кипятка, чтобы чай чуть-чуть “расправился”, и тотчас же заливают кипящим верб­люжьим молоком и выдерживают до 10–15 мин, после чего доли­вают сливками.

Чай обязательно сильно взбалтывают в чайнике или несколько раз переливают из одной посуды в другую, чтобы он перемешался. Такой чай по вкусу отличается от других комбинаций чая с молоком. Его можно, конечно, имитировать и в городских условиях, но при соблюдении того же теплового режима.

Узбекский способ

 В Узбекистане национальным напитком яв­ляется зеленый чай, который пьют во всех областях и городах рес­публики, за исключением Ташкента, где преимущественно упо­требляют черный чай.

Для приготовления зеленого чая по-узбекски, или кок-чая, су­хой зеленый чай засыпают в хорошо согретый чайник (фарфоро­вый), затем слегка заливают кипятком (не более четверти объема чайника) и помещают на 2 мин в ток горячего воздуха (например, в открытую духовку), но не непосредственно на огонь, после чего чайник доливают до половины, покрывают салфеткой, а еще через 2–3 мин обливают сверху кипятком, доливают до **¾** объема, вы­держивают еще 3 мин и доливают почти доверху.

Наряду с кок-чаем здесь, и особенно в Каракалпакии, распространено употребление чая с перцем, медом и молоком, причем в этом случае применяют черный чай.

**Чай с перцем**. Его готовят, как обычный черный чай, с до­бавлением на каждую чайную ложку сухого чая 2 горошин чер­ного перца (раздавленных).

Готовя чай с черным перцем и медом, на каждую чайную ложку сухого чая берут 2 чайные ложки меда и 2–3 горошины черного перца. Весь этот состав засыпают в чайник н заваривают как обычно.

**Японский способ**

В Японии пьют зеленый и желтый чай. Жел­тый чай заваривают по китайскому классическому способу – в гайвани, с экспозицией в 1,5–2 мин. Что же касается зеленого, то его в большинстве случаев японцы перед завариванием вначале растирают в порошок в специальных фарфоровых ступках, а затем заливают кипятком в фарфоровых, предварительно согретых шаро­видных чайниках емкостью 0,5–1 л. Сухие чайники прогревают на специальных жаровнях в токе горячего воздуха или в бадейках с горячей водой и нагревают равномерно всю поверхность (а не только дно) до температуры выше 50°C, но не выше 60°C. Поэтому ручки японских чайников либо делают целиком бамбуковыми, либо оплетают тростником, чтобы о них нельзя было обжечься.

Норма закладки чая в среднем – 1 чайная ложка порошка чая на 200 г воды, иногда несколько больше. Важной особенностью японского способа является то, что не только чайник, но и сама вода для заваривания чая доводится до температуры не выше 60°C. Время заваривания при этом не выходит за пределы 2–4 мин, что гаран­тирует сохранность в напитке максимума аромата, хотя и не обес­печивает, учитывая температуру воды, полного экстрагирования чая. Однако именно присутствию в чае аромата японцы придают решающее значение. Этот чай в виде весьма малоинтенсивной по цвету бледно-зеленой жидкости наливают в маленькие чашечки емкостью примерно 30–50 г и пьют без сахара или иных примесей крошечными глотками и очень медленно. Несколько чашек выпи­вают до еды (завтрака, обеда, ужина) как своего рода аперитив и несколько чашечек – после еды. Обычно этим чаем запивают рис, что является непременным элементом всякой трапезы, осо­бенно обеденной.

Кроме того, в Японии и сейчас употребляют церемониальный чай – в торжественных случаях или при совершении религиозного ритуала, независимо от принятия пищи.

Приготовление церемониального чая и сам процесс торжественного чаепития действительно представляют собой весьма дли­тельную церемонию, происходящую целиком на глазах участников чаепития. Это не только чаепитие, но и довольно красочное зрели­ще типа пантомимы.

Вначале женщины стирают листовой плоский зеленый чай “тенча” в тончайшую пудру, сопровождая эту работу красивыми пластическими телодвижениями и жестами. Затем эту пудру благоговейно засыпают небольшими порциями в специальные эллипсовидные чайники, куда вслед за каждой засыпкой тотчас такими же капельными дозами заливают горячую воду. Каждую новую порцию чайной пудры сбивают с порцией воды особой рисовой ме­телочкой в кремовидную массу, после чего добавляют новые пор­ции порошка чая и воды, и операция повторяется вновь и вновь, пока чайник не наполнится. Полученный таким путем чай по кон­систенции близок к жидкой сметане или соусу, а по цвету напо­минает шпинатную пасту.

На вкус церемониальный чай чрезвычайно терпок, но в то же время очень ароматен. Его концентрация соответствует примерно 100–120 г сухого чая на 500 г воды.

# **Английский способ**

Англичане – одна из самых чаепотребляющих наций в мире – пьют черные чаи, в основном южноазиат­ские – на 50% индийские и на 30% цейлонские, а также сходные с ними восточноафриканские (около 10%), и лишь небольшое число людей в Англии употребляет китайский чай.

Культ чая господствует почти в каждой английской семье, и до сих пор чаепитие составляет одну из характернейших националь­ных традиций англичан. Вот почему с полным правом можно гово­рить об английском способе чаепития, тем более что он выработан применительно к резким, высокоэкстрактивным южноазиатским чаям. Англичане пьют чай с молоком или со сливками.

Предварительно подогревают сухой чайник. Затем в него насы­пают чай из расчета 1 чайная ложка на 1 чашку воды плюс 1 чай­ная ложка на чайник. Тотчас же заливают кипятком и настаивают 5 мин. Пока чай настаивается, в сильно разогретые чашки разли­вают согретое (но не кипяченое) молоко – по 2–3 столовые лож­ки (по вкусу) и затем в молоко наливают чай. Следует подчерк­нуть, что англичане строго следуют правилу наливать чай в молоко, и ни в коем случае не наоборот. Замечено, что доливание молока в чай портит аромат и вкус напитка, и потому подобная ошибка рассматривается как невежество.

Англичане пьют чай в строго определенные часы: утром за завт­раком, во время ленча (13.00) и в “файф о клок”, т. е. в полдник (17.00). Хотя англичане пьют исключительно крепкий чай, они при этом употребляют довольно незначительное количество воды: во-первых, потому, что выпивают единовременно не более 2 чашек, а во-вторых, потому, что и это количество жидкости на 20–30% состоит из молока.

Английский способ получил широкое распространение в США, Европе и в бывших английских колониях и доминионах.

# **Индийский способ**

В Индии и Шри-Ланке сохранили, а в ряде случаев еще более увеличили английскую норму закладки сухого чая и применяют английский способ заварки, но без промежуточ­ного заливания водой части чайника, и не всегда используют мо­локе.

Например, в Шри-Ланке чайник заливают водой сразу по той норме, которая соответствует засыпке сухого чая, но выдерживают заварку различно: 3–4 мин, если готовят чай на 2–5 стаканов, и 5–6 мин, если более 5 стаканов. Норма засыпки сухого чая в Шри-Ланке довольно высока: 1,5–2 чайные ложки на стакан. Там предпочитают пить свой крепчайший чай с молоком.

В Индии, особенно в городах, чай также пьют с молоком, по-английски. Но лучшие свои сорта чая (дарджилинги) индийцы предпочитают пить, не смешивая их ни с чем. Норма закладки чая аналогична цейлонской, а иногда и выше. Настаивают чай обычно 5 мин.

Национальным напитком в Индии является так называемый замороженный чай. Его готовят следующим образом: на 300–350 г воды кладут 3 чайные ложки лучшего чая, который завари­вают обычным способом в течение 5 мин и остужают. Затем спе­циальный стакан вместимостью 0,5 л наполняют несколькими ку­ликами льда, заливают в него весь остуженный чай, добавляют сахар и лимон, нарезанный дольками, примерно половину плода, а иногда сок всего плода, который выжимается прямо в стакан, после чего пьют чай чрезвычайно маленькими глотками.

Существует и другая пропорция замороженного чая: 1 чайная ложка сухого чая на каждые 150–180 мл сосуда для питья. В по­следнем случае получается более замороженный чай.

# **Латиноамериканский, или кубинский, способ**

В Латинской Аме­рике пьют в основном мате или онсе – напитки, отличающиеся по ботаническому происхождению и по вкусу от настоящего чая. На Кубе и Ямайке, а также на Барбадосе и в других бывших коло­ниях Англии в Карибском море, в Гватемале, Гондурасе и Белизе в Центральной Америке пьют также черный байховый чай, но при­готовляют его как мате, по-латиноамерикански. При отсутствии мате можно использовать также купаж черного и зеленого чая в соотношении 2:3. Берут 4 чайные ложки черного чая и 6 чайных ложек зеленого (или 7 чайных ложек только черного), 1 л воды, 1 ананас, 1 лимон, 15 чайных ложек или кусочков сахара, 2–3 чай­ные ложки кубинского рома, 20 кубиков льда.

Ананас нарезают кубиками размером 1 см3, заливают ромом, засыпают сахарной пудрой, закрывают и ставят на 1 сутки в холодильник. Готовят чайный купаж, заваривают чай, выдерживают заварку 10–12 мин, остужают. Натирают в чай цедру с лимона, выжимают его сок, добавляют пропитанные ромом ананасы и лед и разливают в бокалы.

# **Иранский способ**

Своеобразие иранского способа заключается не столько в заваривании, сколько в питье чая. Он распространен в Иране, в пограничных с ним районах Афганистана, в Азербайд­жане, Курдистане на территории Ирака.

Обычно заваривается китайский или местный (иранский, азер­байджанский) черный байховый чай средней или высокой крепости, но с довольно быстрой экспозицией – 4 мин. Разливается такой чай в ормуды – небольшие стеклянные стаканчики с “талией”, в виде вазочки. При этом весьма ценится колер чая – он должен быть не слишком темным, но обязательно ярким, прозрачным, коньячного цвета с чуть-чуть красноватым или малиновым отли­вом. Пьют его горячим, маленькими глотками, вприкуску с мелки­ми кусочками колотого сахара. При заварке кладут вместе с чаем, а чаще в стакан кусочек корицы (дарчин) или имбиря.

**Чай из самовара**

Основой чаепития в России всегда был самовар – составная часть бытия общества того времени. Самовар в народе любили и отзывались о нем с доброжелательным юмором. Между чаепитием его начищали и ставили на специальный столик, где он привлекал взоры своим блеском.

В большом медном, бронзовом или серебряном сосуде (котле) разогревается вода для чая и долгое время остается горячей. Сверху ставят чайник с заваркой.

Самовар с разогревом на древесных углях требует больших затрат времени и сил. В трубу для разогрева, проходящую через емкость с водой, загружают раскаленные угли, которые подготавливают сначала на решетке на свежем воздухе. На трубу насаживают раструб для доступа к углям кислорода. Вода начинает кипеть, угли гаснут.

Слов, соответствующих русскому слову “самовар”, в европейских языках нет. Его немецкий перевод звучит как “чайная машина”, английский – “чайная урна”, но чаще всего это слово не переводят.

В чашку или стакан чай наливают не до верха, оставляя их незаполненными на 1 см до края. Но это относилось только к состоятельным семьям, т. к. довало возможность добавть в чай молоко или сливки, положить лимон, сахар, яблоки и т. д. Надо было действовать сообразно вкусу гостя, но так, чтобы из чашки или стакана, когда хозяйка передавала его гостю или члену семьи, не выплеснулось ни капли.

В молообеспеченных семьях, особенно крестьянских, принято было наливать чай до краев. Это считалось признаком гостиприимства, желанием показать себя состоятельным. Но по этому поводу имелось и другое мнение: в полную чашку много сахара не положишь, потому и наливают чай до краев.

Для приготовления заварки возьмите на 1 заварочный чайник 3 чайных ложки (4–5г) чая и 150–200 мл кипятка. Это количество заварки рассчитано на 3 чашки чая. В пересчете на 0,5 л чайной заварки Вам потребуется 10 чайных ложек (15–20 г) чая.

Листовой чай заливают в заварочном чайнике кипятком и настаивают около 5 мин. Для этого способа заварки используют индийский или цейлонский чай. Чайную заварку процеживают чуруз ситячко в небольшой самовар, либо удаляют из чайника заварочные пакетики.

Заварочный чайник ставят либо на крышку, либо на самоварную трубку, чтобы заварка всегда была горячей.

##### Заваривание чая. Чай из чайника

Черный чай, особенно тропический, имеет интенсивную окраску настоя. Но, если вы завариваете зеленый или желтый чай, то даже крепкий настой не будет столь насыщенным. Хороший зеленый чай крепкого настоя должен быть желтоватого цвета, с большой терпкостью.

Для приготовления одной чашки чая вам понадобится: 1чайная ложка (1,5–2 г) чая или 1 чайный пакетик для заварки и 150–200 мл, свежей воды. В пересчете на 1 л воды – 6 чайных ложек (9–12 г) чая с верхом – для листового чая, без верха – для мелколистовой чайной ложки (“Broken Tee”).

Лучше всего заваривать чай с помощью двух чайников. В одном чайнике чай заваривают, в другом – подают к столу. Ситечко для чая, например, из ткани, фарфора или бамбука, очень практично в случае использования одного чая. Не используйте для заваривания чая тесный сосуд – чаю нужно место для оседания.

Заварочный чайник должен быть керамическим, фарфоровым или стеклянным. Вопреки старому правилу не обязательно разогревать его перед завариванием, ошпаривая горячей водой.

Через 2–3 мин, после начала заваривания из чая выделяется возбуждающий кофеин. Если продлить время заваривания до 4–5 мин, соответственно большее количество дубильного вещества (танина) растворится в воде, оказывая затем успокаивающее действие на желудок и кишечник. Зеленый чай через 2 мин надо процедить через ситечко, т. к. он быстро начинает горчить.

Заваренный чай надо сразу размешать ложкой, затем перелить через мелкое ситечко в сервировочный чайник.

Заваренный чай надо сразу размешать ложкой, затем перелить через мелкое ситечко в сервировочный чайник. Фильтр из носика чайника вынуть.

К чаю можно подать сахар или леденцы, а также сливки или молоко. Кто предпочитает чай с лимоном, должен выбрать особенно острый сорт чая. Ром может заглушить нежный вкус чая.

**Чай со льдом**

Чай со льдом нужно готовить не из холодного чая! Для этого традиционного американского напитка, который в Северной Америке называют “Iceol Tea”. Вам понадобится 1 чашка горячего чая, по крайней мере, двойной крепости, и 1 стакан, наполненный кубиками льда. Кроме того, можно добавить немного сахара и сок лимона. В отличие от обычного охлажденного чая чай со льдом освежает и слегка ошеломляет. Его аромат и вкус ощущается полнее, чай необыкновенно бодрит.

На 1 порцию: 2 чайных ложки или 2 пакетика черного чая залить 200 мл кипятка, дать настояться 4 мин, затем процедить (если чай заваривается в небольшом ситечке, то удалить его).

Сахар и сок добавить в горячий чай по вкусу.

Узкий высокий стакан на **⅔** заполнить льдом и влить в него горячий чай. Не бойтесь – стакан не лопнет!

К холодному чаю лучше подать соломинку для напитков.

В Северной Америке чай со льдом пьют обычно в жаркое время года для утоления жажды. Его простой рецепт служит для многочисленных вариантов. Так, например, Вы можете добавить в чай со льдом щепотку порошка имбиря или кардамона, положить для аромата листочки перечной мяты или лимонной мелисы, ягоды смородины или кусочки ананаса. Это чай можно смешать с фруктовым соком – ананасовым, вишневым или апельсиновым, а также с джином, ромом или Campari.

**Для превосходного чаепития**

Вам не нужны дорогостоящие аппараты. Достаточно приобрести чайник из фарфора, керамики или стекла и ситечко для чая, чтобы чаинки не попадали в чашку.

Раньше существовало мнение, что заварочные чайники нельзя мыть обычными моющими средствами. Для мытья керамических, стеклянных и фарфоровых чайников Вы, конечно, спокойно можете применять моющие средства. Если после мытья тщательно прополоскать чайник чистой водой, то вкус чая не изменится.

Для сохранения вкуса чая, конечно, очень важен способ его хранения – аромат и вкус чая будут лучше, если хранить чай в закрытой жестяной коробке, в сухом прохладном месте. При хранении в холодильнике или в посуде из искусственного материала чай быстро приобретает чуждый ему запах и вкус.

Если Вы хотите часто угощать своих друзей чаем, причем в уютной обстановке, стоит приобрести электрический самовар. Хорошо дополнит интерьер кухни декоративная модель. В этом самоваре вода и чай останутся горячим так долго, как вы пожелаете.

Чайный аппарат с фильтром работает по принципу кофеварки. Чайный сменный фильтр не нуждается в рекомендации. Но при его использовании вкус чая не достаточно хорош, т. е. Чайные листья не могут плавать в воде свободно. То же самое можно сказать об использовании для заварки чая так называемых “чайных яиц”.

**Чай и здоровье**

 Большим любителем чая был Лев Толстой, оставивший такой отзыв о почитаемом напитке: “Я должен был пить много чая, ибо без него не мог работать. Чай высвобождает те возможности, которые дремлют в глубине моей души ”.

Т. к. в чае содержится много витаминов и питательных веществ, он помогает в борьбе с цингой. Исследования показали, что настой чая снижает интенсивность воспалительных процессов, поэтому его можно использовать при лечении ревматизма и для промывания глаз при засорении и конъюнктивитах.

Настой зеленого чая положительно влияет на функцию сердца. Этот высококалорийный, богатый витаминами продукт усиливает работоспособность сердечной мышцы, стабилизирует кровяное давление, улучшает самочувствие. Отмечено, что люди, живущие в странах, где традиционно высок уровень потребления чая, в меньшей степени подвергаются заболеванием сердечно-сосудистой системы.

Большинству людей известно, что теплый чай с небольшим с небольшим количеством молока – отличное мочегонное средство, а с малиновым вареньем – противопростудное и потогонное. Обоженные места кожи посыпают измельченным сухим чаем. Маленькую щепотку сухого чая советуют пожевать и после этого сполоснуть рот, чтобы отбить запах чеснока. Крепкий настой чая помогает при расстройстве желудка. При головной боли негипертонического происхождения хорошо выпить стакан крепкого чая. Снижает этот напиток и чувство усталости.

Установлено, что наличие в чае витамина P уменьшает ломкость капилляров, а значит – это средство для профилактики атеросклероза.

Известно также, что в чае содержится высокий процент фтора, поэтому можно говорить о его положительном воздействии на сохранность зубной эмали и предотвращении кариеса, если в настой не положен сахар.

**У вас болит голова?**

Чтобы избавиться от головной боли, иногда достаточно выпить чашку крепкого сладкого чая. Секрет в том, что в ней содержится до 0,05 грамма кофеина, столько же, сколько, например, в таблетке пиркофена. Но кофеин, содержащийся в чае, действует мягче, чем химически чистый препарат. К тому же выпить чашку вкусного и аромат­ного напитка приятнее, чем проглотить горькую таблетку. Именно поэтому некоторые предпочитают чай патентованному лекарству.

Но у головной боли бывают разные причины. И чашка чая помогает не всем. Если чай вам не помог, обратитесь к врачу.

Глаза устали

Глаза обычно устают от продол­жительной работы за письменным столом при плохом освещении, долгого сидения перед включенным телевизором, чтения газеты в движущемся автобусе... Человека, у которого устали глаза, можно узнать по потухшему взгляду и покрасневшим векам.

Если ваши глаза устали, лягте на диван и положите на веки два стерильных ватных тампона, смоченных в крепком настое смеси зеленого и черного чая. Оставшуюся влажную чайную гущу заверните в марлю и тоже положите на веки поверх тампонов.

С тампонами и марлей полежите на диване 15—20 минут. Если необходимо, повторите эту процедуру утром.

**Что делать с ячменем?**

Если вас замучил ячмень на веке, прежде чем идти к врачу, попробуйте помочь себе сами.

Залейте стаканом кипятка чайную ложку измельченного сухого зеленого чая и настаивайте его 10 минут.

В теплом настое смочите стерильную ватку и приложите ее к ячменю.

Повторите эту процедуру несколько раз. Только не выдавливайте ячмень — веко может распухнуть.

# **Промойте глаза чаем**

Вы, наверное, слышали, что при конъюнктивите помогает промывание глаз крепким старым чайным настоем. Да, помогает. Но гораздо эффективнее, по мнению офтальмологов, действует при конъюнктивите крепкий свежий, быстро охлажденный чайный настой.

Как промыть глаз?

Выверните пальцами веки, после чего промойте глаз струей чайного настоя из большого шприца.

Большой шприц пригодится вам, если вы случайно обожжете глаз каким-либо химическим веществом, например, уксусной эссенцией.

Как можно скорее (из-за промедления можно потерять зрение) наберите в большой шприц настой свежего остывшего некрепкого чая, выверните пальцами веки и чайной струёй тщательно промойте глаз.

Эту процедуру повторите несколько раз. После этого закройте глаз повязкой и поторопитесь к офтальмологу. Показаться ему надо обязательно, даже если вы почув­ствуете облегчение после промывания глаза.

Болит зуб

У вас болит зуб?

Наберите в рот крепкий настой зеленого чая, в который предварительно положите несколько раздавленных долек чеснока. Подержите настой во рту, пока боль не пройдет.

Боль проходит благодаря воздействию настоя, обладающего бактерицидными и вяжущими свойствами, на слизистую оболочку десен.

Кстати, запах чеснока изо рта вы устраните, если пожуете щепотку сухого зеленого чая.

**Гипертония отступает**

Исследования японских ученых показали, что у больных гипертонией I и II степени, долгое время употребляющих зеленый чай, артериальное давление может снизиться на 10—20 процентов.

Правила приготовления чайного напитка для лечения гипертонии несложны.

Перед заваркой измельченный сухой зеленый чай слегка промывают теплой кипяченой водой, чтобы уменьшить в нем содержание кофеина, который возбуждающе действует на сердечно-сосудистую систему. Затем промытый чай заливают кипятком (из расчета 3 грамма чая на 100 грамм воды) и настаивают 10 минут.

Пьют его по стакану 3 раза в день после еды.

Общее количество употребляемой в те­чение дня жидкости уменьшают с учетом чая до 1—1,2 литра, чтобы не перегружать работу сердечно-сосудистой системы.

**Налейте мне грогу стакан**

Замерзшему человеку полезен грог — чай с алкоголем.

Чтобы приготовить порцию грога, в стакан только что заваренного крепкого сладкого чая вливают чайную ложку коньяка и столовую ложку рома. Коньяк и ром можно заменить двумя столовыми ложками слегка подогретой водки. Полученную горячую смесь тщательно перемешивают.

Грог пьют горячим, маленькими глотками и не больше одного стакана.

Он быстро согреет пострадавшего, нормализует его дыхание и сердечную деятельность.

Но если процесс замерзания зашел далеко и у пострадавшего появились такие признаки, как вялость, сонливость, нарушение координации движений, временная потеря сознания, одного грога недостаточно.

Пострадавшего сначала помещают в ванну с водой, температура которой не превышает 25 градусов по Цельсию. В течение получаса температуру воды повышают до 35 градусов по Цельсию. При отсутствии ванны его в тече­ние получаса согревают грелками и бутылками с водой такой же температуры. Если необ­ходимо, ему делают искусственное дыхание и массаж сердца. После восстановления нормальной температуры тела и сознания пострадавшему, закутанному в теплое одеяло, дают выпить стакан грога.

# **Чайный гриб**

Если у знакомых или родственников вы случайно увидите большую (обычно трехлитро­вую) стеклянную банку с плавающей в чае отвратительной медузой, не пугайтесь. Это не медуза. Это чайный гриб. На медузу его делает похожим толстая желеобразная слоистая пленка грязно-белого цвета, гладкая сверху и волокнисто-лохматая снизу.

Чайный гриб представляет собой колонию дрожжевых грибков и уксусно-кислых бактерий. Его происхождение неясно. Известно, что его разводили еще в древнем Китае. Из Китая он попал в Корею, Японию и другие страны, в том числе в Россию.

Чтобы приготовить настой, аккуратно отделенную от чайного гриба тонкую слизистую пленку положите в чисто вымытую трехлитровую стеклянную банку, которую на две трети заполните остывшим сладким чаем (его кре­пость и сладость зависят от вашего вкуса). Горловину банки завяжите двухслойной марлей. Банку поставьте на кухне или в комнате так, чтобы на нее не падали солнечные лучи.

Спустя неделю настой созреет. Слейте его во вторую чистую стеклянную трехлитровую банку, которую поставьте на 2 недели в холо­дильник. А оставшийся в первой банке чайный гриб промойте кипяченой водой комнатной температуры и очистите от омертвевшей ткани, после чего снова залейте на неделю остывшим сладким чаем.

Эту процедуру можно повторять много раз.

Кисло-сладкий, слегка газированный, хорошо утоляющий жажду настой чайного гриба нередко называют грибным чаем.

Он снимает усталость, повышает работоспособность, возбуждает аппетит. Кроме того, он нормализует работу кишечника при запорах, облегчает состояние больных колитом и гастритом, благодаря бактерицидным свойствам угнетает в желудке и кишечнике болезнетворные микробы, в том числе дизентерийные, заживляет небольшие ранки (им смазывают ранки), снимает воспаление в горле при ангине, катаре верхних дыхательных путей и фарингите (при ангине им полощут горло через каждые 2–3 часа), снижает уровень холестерина в крови и артериальное давление.

Таким образом, настой чайного гриба обладает целебной силой широкого спектра действия.

 Надо помнить, что он наиболее целебен на 7–8-й день после приготовления. К 14-му дню его целебная сила ослабевает.

Старый настой для употребления не пригоден.

По мнению врачей, от его употребления лучше воздержаться при повышенной кислотности желудочного сока, подагре, заболеваниях почек и поджелудочной железы.

Следует сказать, что настой используют и как косметическое средство. С его помощью на коже лица устраняют угри, гнойнички и покраснения. Для этого утром и вечером кожу лица протирают смоченным в нем ватным тампоном. Для сухой кожи применяют 5–7-дневный настой, для жирной – 10-дневный.

##### Аналогии чая

В прошлом чай был очень популярен, но дорог, поэтому во многих странах стали искать его аналогии и заменители. Так, в Китае пили настой римуса. В ряде мест чайные листья заменялись кофейными. Для этого с кофейного неплодоносящего дерева срезали ветви с листьями и жарили их. Когда они становились буровато-желтыми, их отделяли и заваривали кипятком. Получался настой светло-коричневого цвета.

Были известны также миртовый чай (из листьев чайной мирты), тасмановый, лабрадорский (из листьев багульника).

В России чай делали из сушеных фруктов, цикория, кожици плодов и измельченных косточек. Готовый продукт упаковывали в пачки и называли фруктовым чаем.

#### Чай с травами

Кому не доводилось пробовать чай с мятой! А как ароматен и вкусен чай с добавкой мелиссы! В чайный напиток испокон веку добавляют всевозможные растения (листья, плоды, ягоды) —ароматические, целебные, лекарственные. Они не только придают напитку своеобразный аромат и вкус, но и повышают степень полезности.

Заваривать чай можно одновременно с травой или добавить в него настой трав, ягод и плодов отдельно. Если вам неизвестны условия сбора сырья, советуем настаивать его отдельно, можно даже прокипятить или приготовить на водяной бане.

Различные растения наилучшим образом сочетаются с определенным типом чая. Так, жасмин хорошо проявляет свои качества с зеленым чаем, а апельсиновая корка — с черным. Подбор сочетаний чая и растений должен отвечать определенным вкусам, привычкам, состоянию здоровья. Взять хотя бы тот же зверобои. При повышенном давлении или большой нервной возбудимости употреблять его не рекомендуется. Мята действует успокоительно.

Чай с добавлением трав выпускает и промышленность.

Пьют такой чай из фарфоровой посуды с обычным убранством стола. Правда, в этом случае следует учитывать сочетание добавок к чаю со вкусом продуктов на столе. Они должны соответствовать, дополнять друг друга и не быть антагонистами. Например, апельсиновый чай плохо сочетается с молочными продуктами и хорошо – с сухим печеньем. Не подходит к нему и сухое варенье. К чаю с мятой хорошо подать бутерброды с сыром и сухари.

#### Чайные бальзамы

Чайные бальзамы из двух компонентов – черный чай плюс сбор трав, плодов, листьев какого-либо одного растения – наиболее популярны и просты для приготовления. В качестве ароматизаторов, кроме жасмина и розы, обычно используются листья мяты, черной смородины, чабреца, цветы липы, апельсиновая корка. Из добавок, имеющих скорее целебное, профилактическое значение, часто употребляются трава зверобоя, листья земляники, малины.

Оптимальное соотношение компонентов в “простых” бальзамах подбирается по вкусу. Пока оно не определено, сборы хранятся отдельно от чая.

Чайные бальзамы пьют без сахара. Сладкоежкам рекоменду­ется заменять его изюмом или курагой.

**Чай с жасмином.** В домашних условиях готовится из расчета: на 8 частей чая (желательно, высшего сорта) – 2 части высушен­ных цветов жасмина.

Жасмин для чая собирается во время активного цветения, в жаркий день. Лепестки вымачиваются в воде, а затем рассыпа­ются на чистом полотне и завяливаются.

**Чай с розой.** Лепестки красной розы завяливаются и соединяются с черным чаем из расчета: 2–3 лепестка на 4 чайные ложки.

Чай с жасмином (или розой) хранится в стеклянных банках, плотно закрытым.

#### Чайные напитки

**Грог.** В стакане свежезаваренного крепкого чая растворяется сахар (по вкусу), добавляется чайная ложка коньяка и столовая – рома. Пьется горячим.

**Древний рецепт чая.** Смешиваются 3 части крепкого чая, 1 часть меда и 1 часть водки. Напиток доводится до кипения. Подается в маленьких чашках.

**Чай с красным вином.** В стакан горячего крепкого чая вливается рюмка (30–35 г) красного сухого вина или красного портвейна.

**Чайный лимонад.** В стакане смешивается 20 г меда и по одной чайной ложке ежевичного и лимонного сиропа. Добавляется лом­тик лимона. Все заливается хорошо настоенным горячим чаем.

### Чайные коктейли

**Витаминный чай.** Шесть чайных ложек заварки заливаются полулитром кипящей воды, чай настаивается в течение 5 мин, процеживается, охлаждается и соединяется с равным количеством черносмородинового сока. Полученный “концентрат” разливается по бокалам и разбавляется на треть или наполовину минеральной во­дой. Сахар кладется по вкусу.

**Клубничный чай.** В стакан с клубничным сиропом (5 столовых ложек) и молоком (3 столовые ложки) вливается крепкий неслад­кий чай. Подается сильно охлажденным.

**Чайный крюшон с шампанским.** Два апельсина нарезаются тон­кими ломтиками и засыпаются полустаканом сахара. Добавляется 50 г коньяка или рома. Все заливается 1 л холодного крепкого чая, а непосредственно перед подачей на стол – шампанским (1 бутылка).

##### Охотничий чай

Горячий пунш из альпийской страны особенно хорош во время зимнего отпуска.

На 4 порции:

4 чайные ложки черного чая

0,25 л красного вина

сок 1 апельсина

сок **½** лимона

2 пряные гвоздики

**¼** палочки корицы

60 г сахара

40 мл коричневого рома или плодового вина

Для украшения:

4 кружка лимона

Чай всыпать в заварочный чайник, влить 0,625 л кипятка и дать ему настояться в течение 3–4 мин.

В кастрюлю влить красное вино, сок апельсина и лимона, положить пряности, сахар и перемешать. Влить, процеживая через ситечко, готовую заварку. Смесь довести на среднем огне до кипения, но не кипятить.

Добавить фруктовый бренди или ром и разлить смесь через ситечко в предварительно прогретые стаканы или чашки. Кружки лимона прикрепить к кромкам стаканов. Пунш размешать ложкой и тотчас подать к столу.

##### Чайный крюшон с цветами бузины

На 2,5 л крюшона:

6 цветущих зонтиков бузина

2 лимона

150 г сахара

0,7 л белого вина (“Earl Grey”)

0,7 л охлажденного шампанского

кубики льда

Соцветия бузины встряхнуть и положить в сосуд для крюшона. 1 лимон нарезать кружочками и положить туда же.

Вскипятить 0,25 л воды с сахаром, залить им соцветия бузины и лимон. Добавить 0,35 л белого вина и дать настояться в солнечном месте 4 ч. Чай залить 0,5 л кипятка, дать настояться 5 мин. Заварочный чайник до середины наполнить льдом и вылить в него через ситечко горячий чай, размешать.

Соцветия бузины вынуть из сиропа. Влить в сосуд для крюшона охлажденный чай и сок, отжатый из 2-ого лимона, оставшееся вино и шампанское.

##### Чайный ликер

На 1 л:

125 г сахара

25 г черного чая

0,25 л коньяка или бренди

1 стручок ванили

Сахар смешать с 0,125 л воды в кастрюле и, помешивая, довести до кипения на слабом огне. Кипятить 2 мин, не размешивая. Снять с огня и дать содержимому остыть.

В заварочный чайник положить чай и влить 0,6 л кипятка. Дать заварке настояться 2 мин. Затем процедить ее через ситечко. Смешать заварку с сахарным сиропом, коньяком или бренди.

Графин сполоснуть горячей водой и наполнить его ликером. Стручок ванили разрезать вдоль и положить в графин. Затем плотно его закрыть. Выдерживать ликер в прохладном темном месте 1 неделю.

##### Фрукты в чайном желе

 На 4 порции:

9 пластинок белого желатина

3 чайные ложки черного чая

100 г сахара

 4 столовые ложки сока лимона

100 г синего винограда

100 г клубники

1 банан

100 г кружков ананаса

100 г сливок

1 чайная ложка ванильного сахара

мелисса

Приготовить желатин. Чай положить в заварочный чайник и залить 0,75 л кипятка. Дать ему настоятся 3 мин, перелить в сосуд для взбивания. Добавить сахар и сок лимона. Желатин постепенно добавлять в горячий чай, перемешать, остудить. Порезать фрукты, разложить на 4 тарелки, посыпать листьям мелиссы. Добавить чайного желе, поставить в холодильник для застывания.

Перед подачей к столу взбить сливки с ванильным сахаром и украсить ими чайное желе.