

Чайный вечер по-английски

Широко известна английская чайная церемония, так называемый «Five o'clock» (чай в Англии принято пить в 17 часов). Послеобеденное чаепитие в строго определённое время у европейцев (да и американцев) является традиционной формой родственных, дружеских и коллегиальных встреч.

Культ чая на Востоке наиболее характерен для японцев, а на Западе — для англичан. Чай с молоком уже давно стал национальным напитком англичан. Причём они наливают чай в молоко, а не наоборот.

Чай по-английски очень крепкий: на 1 литр кипятка берётся 30 — 35 граммов сухого чая (заварки). Заварочный чайник до заваривания должен быть сухим и хорошо подогретым. Чай обязательно заливается кипящей водой.

Английский стол накрывают цветной льняной скатертью. На десертные тарелки кладут соответствующего тона салфетки, свёрнутые конвертом или пирамидкой. Рядом с тарелками, за фужерами, раскладывают столовые приборы для десертного стола (например, вилочки и фруктовые ножи) ручкой в правую сторону.

К чаю по-английски подают горячее молоко или подогретые сливки, мармелад, кексы, сухое печенье, небольшие пирожные или торт и маленькие закусочные бутерброды.

Какой чай выбрать? Вкусовые и целебные качества любого растения зависят от места, где оно выросло. И чай в этом смысле не исключение. Самый лучший в мире чай родом из Дарджилинга—это в Западной Бенгалии. Плантации находятся на высоте две тысячи метров над уровнем моря. Следует напомнить, что Дарджилинг — ещё и магическое место, где расположен небесный университет: здесь боги спускаются на землю, чтобы передать посвящённым свои знания, в том числе и через чайный лист.

В природе чайный лист всегда зелёный, но после специальной обработки он может превратиться в чёрный, бирюзовый (известен как сорт «Чёрный Дракон»), жёлтый, красный. Чем же они отличаются?

Зелёные чаи бывают самых разных оттенков: от серебристо-зелёного до оливкового. Чем светлее — тем выше сорт чая. У этого напитка терпкий вкус, аромат напоминает запах завядшего земляничного листа или лепестков цитрусовых. Низкокачественные зелёные чаи пахнут обычным сеном. Самые лучшие сорта производятся в Китае. А наиболее популярным считается зелёный чай с лепестками жасмина. Зелёный чай дарит долголетие, выводит из организма радиоактивные вещества и тяжёлые металлы.

До недавнего времени о существовании жёлтых чаёв вообще мало кто знал: их делали только в Китае и запрещали вывозить из страны. Эта разновидность напитка готовится из самых молодых побегов и даже из почек чайного листа. По запаху и вкусу жёлтый чай не похож ни на один другой: едва уловимая терпкость, исключительно приятный вкус и нежнейший аромат. Жёлтый чай необыкновенно крепок и обладает возбуждающим действием.

Красные чаи — самые ароматные. Доказано, что они размыывают и очищают жировой слой и тромбы в кровеносных сосудах, поддерживают высокую концентрацию витаминов

P, C, E, снижают уровень холестерина в крови. Самыми полезными считаются опять-таки китайские сорта. Но, надо сказать, краснодарский чай ничуть не хуже.

Чёрные чаи различаются по размеру листа и способу его заготовки. Это крупно- и среднелистовые, ломаные, мелкие (высевки и крошка). Чёрные чаи — основа английского и русского чаепития, прекрасное тонизирующее средство.

Бирюзовый чай, или «Чёрный Дракон», содержит около четырёхсот ценных веществ. Он адсорбирует токсины и жиры, выводит из организма патогенные клетки. Кроме чайного листа Тегуаньинь в его состав входит японская жимолость, бобы Кассии и другие травы.

Чтобы чай был вкусным и полезным, нужно научиться его заваривать. Много зависит от воды: она должна быть мягкой, чистой и «живой». Отлично подойдёт вода с горных вершин или ключевая. Колодезная или водопроводная — совсем не годится. Её придётся сначала пропустить через фильтр или заморозить, чтобы уничтожить вредные вещества. И помните: вода, доведённая до кипения дважды, — уже «мёртвая».

Как только вода забьёт «белым ключём» (побелеет от мелких пузырьков), её следует снимать с огня и заваривать чай. Зелёный, жёлтый, бирюзовый чаи настаивают 5-8 минут, трижды доливая кипяток. Чёрные и красные, в зависимости от размера листа, от 3 до 15 минут, разбавляя кипящей водой 2 раза. Не забудьте через 20 минут после заваривания чёрного или красного чая отделить листики от настоя — пока они не начали выделять канцерогены.

Настоящий английский чай готовится так: крепкую чёрную заварку наливают в горячее молоко (3 столовые ложки молока на 1 чашку). Молоко при этом не кипятят, а только нагревают.

В Шотландии чай заваривают не водой, а кипящим молоком, добавляя сахар сразу в чайник. На пол-литра напитка нужно 15 граммов сухого чая, 500 граммов молока, 40 граммов сахара. Чай по-шотландски согревает в зимнюю стужу, мгновенно снимает мигрень. Он особенно полезен ослабленному, растущему или стареющему организму.

Утро хорошо начинать с крепкого чёрного чая. Зимой его лучше заваривать по-шотландски.

Днём перед обедом полезен ароматный зелёный чай — он возбуждает аппетит, выведет токсины, шлаки, снимет усталость и раздражение.

А вот часа через полтора — два после обеда рекомендуется красный чай, который стимулирует пищеварение, выводит излишки жира, нормализует работу желез и кислотно-щелочной баланс.

За полдником советуем взбодриться смесью чёрного и жёлтого чаёв с добавками ароматных лепестков — лотоса, жасмина, розы, василька, лимонника, земляники, вишни.

После ужина побалуйте себя тёплым зелёным чаем с молоком и мёдом. Жёлтый и бирюзовый чай пейте перед сном, особенно если у вас проблемы с почками и печенью.

Приятного вам чаепития!