

# История чая

Подготовлено ко дню чая



# Вода+Листья=Чай

В настоящее время чай – всем известный и популярный напиток во всех уголках Земли. Его пьют в Азии, Европе, Америке, Африке и Австралии.

На протяжении всей истории распространения чая жители различных стран занимались изучением его свойств, формировали свои традиции его приготовления и употребления.

Но так было не всегда. Были времена, когда люди и вовсе не знали об этом ободряющем напитке. С момента открытия чая в Китае и до наших дней он прошел долгий и порой нелегкий путь.



# Чай очень древний напиток

О чае, как о растении, люди знают с давних времен, а история чая складывается уже более 5 тысячелетий. Изначально считалось, что чай происходит из [Китая](#), однако в 19 веке появились сообщения о найденных в Индии, Тибете и Гималаях чайных зарослях. Поэтому до сих пор нельзя однозначно сказать, какая же из стран все-таки является настоящей исторической родиной [чая](#).



# История чая в Китае

Существует мнение, что история чая началась в тот момент, когда Шень Лун (великий император), уставший от работы, решил вскипятить воду на костре и не заметил, как в нее упали листья с дерева. Выпив заварившийся напиток, он почувствовал бодрость и прилив сил, тепло разливалось по его телу, словно испытывая каждую частичку его тела. Тогда он понял, что нашел новое целебное средство и решил лучше изучить его свойства.

После этого открытия китайцы начали активно изучать чайные растения и выращивать их. Чуть позже в Китае слово чай получило свой иероглиф, который произносится как “ча” и выполнен в виде дерева с цветами, листьями и человеком между ними. Этот иероглиф обозначает гармонию человека с природой.



# История чая в Японии

В Японию знания о чае привез буддийский монах Дэнъго Дайши. В начале 9 века он проходил обучение в Китае, а когда вернулся в Японию, то захватил с собой семена чайного дерева. Так чай распространился в монашеской среде. Монахи употребляли его при длительных медитациях для того чтобы взбодриться и освежиться.

В 15 веке в Стране Восходящего Солнца церемония чаепития уже превращается в некое подобие религии, к которой относились со всей серьезностью и почтением. Чай стал частью японских традиций, вошел во все сферы жизни японцев. Например, для того чтобы выйти замуж японка должна была научиться проводить чайную церемонию.



# История чая в Корее

В Корее чай начали культивировать в 820 году, отказавшись от импорта из Китая. В основном все традиции выращивания и употребления чая корейцы позаимствовали у своих соседей.

Корейцы специально отправили своих специалистов для изучения чайного дела в Китай. Возвратившись на родину, они привезли с собой семена чайного дерева, знания о его выращивании и проведении чайных церемоний.



# История чая в Индии

Первым из Китая в Индию попал красный чай, который индийцы изучали и пытались выращивать. У выращенного чая были большие и красивые листья, которые давали крепкую заварку. Единственное, что индийцам не хватало, так это знаний о том, как эффективно собирать, хранить и транспортировать чайные листья, пока в 1728 году к чайному делу в Индии не подключилась голландская компания, которая решила выращивать чай на индийской земле.

Для выращивания чая по китайскому образцу она наняла много китайских мастеров, что позволило получить чай оригинального китайского качества. Затем в 1833 году в Индию для выращивания чая пришла британская Ост-Индская компания. Сначала они выращивали китайские чайные растения, но потом поняли, что удобнее и выгоднее культивировать ассамский чай, вырастающий на коренном ассамском чайном кусте, который лучше приспособлен к индийской почве, более плотный и с более тяжелыми листьями. Это можно считать началом истории индийского чая.



# История чая в России

Одновременно с быстрым распространением и популяризацией чая в Азии, вкусный напиток добрался и до России. Первыми чай в Россию привезли китайцы в 1618 году в качестве подарка царю Михаилу Федоровичу, который был у престола с 1613 по 1645 год. Заварив чай, он был очарован получившимся напитком, и это стало началом торговли между двумя странами. Так началась история чая на Руси.

Со временем популярность чая в России только увеличивалась и к 1900 году Россия уже сама освоила особенности выращивания чая и заложила свои собственные плантации в Краснодаре. Отличительными особенностями потребления чая в России являются:

- крепкая заварка;
- добавление лимона и сахара;
- напиток пьют совместно с десертами и сладостями.





# История чая в Англии

Есть мнение, что первыми китайский чай в Европу завезли португальцы в 17 веке. Чуть позже чай в Европу начал поступать через колонию в Индонезии, принадлежащую голландцам. Они импортировали преимущественно японский чай. В первое время в Европе чай продавался во Франции, Голландии и Германии. Позже чай появился и в Англии. В первое время основными поставщиками чая в Англию были голландцы.

Чай быстро стал популярным в лондонской среде, его можно было встретить практически в каждом кафе, он стал модным даже среди английской интеллигенции. Его неспешно пили во время аристократических бесед. В Англии чай стал неким культурным символом. Многие и сейчас невольно связывают чай с Англией. Конечно, какой же англичанин может обойтись без овсянки и чая на завтрак?



# С чем лучше пить чай?

Чай пить лучше с сухофруктами или с небольшим количеством сахара, чтобы сохранить его аромат и вкус, а также улучшить его пользу для организма.



# Каждому времени года – определенный цвет чая



Зима – красный чай

Весна – цветочный чай

Лето – зеленый чай

Осень – бирюзовый чай  
(улун)

**Чай –  
уникальный  
витаминный**

# Витаминный состав чая

- Провитамин А- для зрения.
- Витамин В1- способствует нормальной работе нервной системы,
- Витамин В2 -делает нашу кожу красивой, эластичной
- витамин В15- препятствующий развитию кожных заболеваний
- Имеется в чае и витамин С. В свежем чайном листе его в 4 раза больше, чем в соке лимона и апельсина
- Витамин Р, усиливает эффективность аскорбиновой кислоты и помогает усвоению витамина С.





## Интересные факты о чае

- На чайных церемониях китайцы пьют только зеленый чай
- У детей, регулярно пьющих чай, не бывает кариеса
- Китайцы пьют чай не более трех раз в день
- Самый дорогой чай в Китае – от пяти чайных деревьев, которым по 500 лет. Никто не знает, посадил их кто-то или они сами выросли на обрыве высокого в горах.
- Самые первые чайные листья собирают в апреле.



ДЕСЯТЬ ЗНАМЕНИТЫХ ЧАЕВ КИТАЯ, СОГЛАСНО МНЕНИЮ ВЕДУЩИХ ЧАЕВЕДОВ МИРА



НАЗВАНИЕ	ПЕРЕВОД	ПРОИЗРАСТАЕТ В РАЙОНЕ ГОРОДА	ПРОВИНЦИЯ	ВИД
Сиху Лунцзинь	Чай «Лунцзин» с озера Сиху	Ханчжоу	Чжэцзян	Зелёный чай
Дунтин Билочунь	Чай «Билочунь» с горы Дунтин	Сучжоу	Цзянсу	Зелёный чай
<b>Аньси Тегуаньинь</b>	<b>Чай «Тегуаньинь» из уезда Аньси</b>	<b>Цюаньчжоу</b>	<b>Фуцзянь</b>	<b>Улун</b>
Хуаншань Маофэн	Чай «Маофэн» с гор Хуаншань	Хуаншань	Аньхой	Зелёный чай
<b>Уи Яньча</b>	<b>Чай с утёсов гор Уишань</b>		<b>Фуцзянь</b>	<b>Улун</b>
Цюньшань Иньчжэнь	Серебряные иглы с горы ЦюньшаньЮэян	<b>Юэян</b>	<b>Хунань</b>	<b>Жёлтый чай</b>
Цимэнь Хунча	Красный чай из уезда Цимэнь	Хуаншань	Аньхой	Зелёный чай
Луань Гуапянь	Луаньские слойки дыни	Луань	Аньхой	Чёрный чай
<b>Юньнань Пуэр</b>	<b>Чай «Пуэр» из провинции Юньнань</b>	<b>Пуэр</b>	<b>Юньнань</b>	<b>Постферментированный чай</b>
<b>Байхао Иньчжэнь</b>	Серебряные иглы с белыми ворсинками	Ниндэ	Фуцзянь	<b>Белый чай</b>

# ВИДЫ ЧАЯ И СПОСОБЫ ЗАВАРКИ



ВИД ЧАЯ	КОЛИЧЕСТВО	ТЕМПЕРАТУРА	ВРЕМЯ ЗАВАРКИ	СОДЕРЖАНИЕ КОФЕИНА
 ЗЕЛЕНЬИЙ ЧАЙ	1	80–85° C	1–3 min	5–10%
 ЧЕРНЫЙ ЧАЙ	1	95–98° C	3–5 min	20%
 ГИБИСКУС	1,5	70–75° C	5–7 min	0%
 УЛУН	1	80–95° C	2–4 min	20%
 БЕЛЫЙ ЧАЙ	1,5	70–75° C	1–3 min	1%
 ПУЭР	1	95–98° C	5–7 min	20%
 РОЙБУШ	2	95–98° C	8–10 min	0%
 МАТЭ	4	75–80° C	2–3 min	100%

# ЧАЙНЫЕ ЦЕРЕМОНИИ



Утром помогает проснуться, днем - заряжает энергией, вечером успокаивает, снимает напряжение. Это он - король напитков - чай! В мире существует более 1500 его видов. А мы расскажем о "расцветках", пользе и вреде, правильной температуре, времени заваривания и других секретах, позволяющих полюбить чай!



## ЧЕРНЫЙ

Улучшает работу почек, пищеварительной системы. Снижает риск инсульта до 70%.



Противопоказан людям, страдающим глаукомой, подагрой, гипертонией.

1 чайная ложка на 200-400 мл. воды



Вода 90-100°C

Время заварки



После того, как чай заварился, нужно его размешать, чтобы эфирные масла, находящиеся в основном в пене, которая образуется на поверхности, плавно распределилась по всей чашке.



Не заваривайте чай долго и многократно

Листки (чаинки) должны быть одного размера и формы.

## ЗЕЛЕНый

Повышает иммунитет, борется с вирусами. Полезен при гипертонии, атеросклерозе.



Не рекомендуется беременным, людям с нерванным истощением, малокровием.

на 200 мл. воды примерно 3 гр. заварки



Вода 80°C

Время заварки



Верный признак того, что чай заварен правильно, это белый небольшой налет пузырьков.

Зеленый чай - большой оксидант, чем черный.



Чай не должен быть обжигающим, холодным, очень крепким

В листовом чае не должно быть веток, пыли.

## КРАСНЫЙ

Богат витаминами. Улучшает состояние волос, костей, зубов, кожи. Поддерживает иммунитет.



Не рекомендуется пить при язве желудка, гастрите, атеросклерозе, при беременности.

маленькая щепотка на 150 мл. воды



Вода 95-98°C

Время заварки



Красный чай оказывает очищающий эффект: освобождает организм от шлаков и токсинов. Смолистый аромат, легкая горечь во вкусе, цветочные ноты в аромате.



Не заливайте чаем лекарственные препараты

При растирании лист не должен рассыпаться в труху.

## ЖЕЛТЫЙ

Поможет при простуде, бронхите, астме, женских заболеваниях, болях в суставах.



Нежелательно пить людям с болезнями желудка, почек, при гипертонии.

примерно 4 гр. на 200 мл. воды



Вода 85°C

Время заварки



Невероятно тонизирующий чай. Слегка терпкий. В аромате желтого чая есть изюминка - кисловатый запах незрелого финика, это же проявляется и во вкусе.



Не пейте чай на голодный желудок, до или сразу после еды

Чай в прозрачных банках на свету быстро портится.

## БЕЛЫЙ

Антидепрессант, иммуностимулирующее, противовоспалительное средство.



Противопоказан людям, страдающим от бессонницы, с расстройством нервной системы.

2 чайные ложки на 200 мл. воды



Вода 50-70°C

Время заварки



Ремарка: некоторые сорта требуют 15 минут для заваривания.

Запах белого чая не такой интенсивный, как у других чаев, зато он более долгий.



Откажитесь от использования вчерашней заварки

У долго хранящегося чая появляются нотки затхлости.



**НАИБОЛЕЕ  
ПОПУЛЯРНЫЕ  
МАРКИ ЧАЯ**



Чай традиционно классифицируется по виду и качеству сырья и технологии его переработки:



**БЕЛЫЙ ЧАЙ**  
Вид чая, подвергающийся слабой ферментации (окислению)



**ЖЕЛТЫЙ ЧАЙ**  
Вид чая, подвергающийся слабой ферментации



**ЗЕЛЕНый ЧАЙ**  
Чай, подвергающийся минимальной ферментации



**УЛУН**  
Это полуферментированный чай



**ЧЕРНЫЙ ЧАЙ**  
Вид чая, подвергающийся полной ферментации



**ПУЭР**  
Постферментированный чай. Подвергается процедуре ферментации — естественному либо искусственному ускоренному старению



Первоначально чай в основном использовали как лечебное средство. Он благотворно воздействовал на самые различные системы органов человека



“ После Воды чай является наиболее широко потребляемым напитком в мире. ”

# 8 ЧАЙНЫХ ЗАПРЕТОВ



1

Не пить чай на пустой желудок



Вредно для селезенки и желудка

2



Не пить обжигающий чай



Раздражает слизистую пищевода и желудка

3



Не пить слишком крепкий чай



Кофеин и танин вызывает бессонницу

4



Долго не заваривать чай



Чай лишается аромата, цвета и вкуса, увеличивается количество бактерий

5



Не заваривать многократно



В первом настое – 50 % полезных веществ, чайных листьев, во втором – 30%, в третьем – 10%

6



Не пить чай перед едой



Слюна разжижается, пища становится безвкусной, снижается уровень усвоения протеина

7



Не запивать чаем лекарства



Танин, содержащийся в чае, разрушает лекарства

8



Не пить вчерашний чай



Чай после суток проста становится питательной средой для бактерий

*Спасибо за внимание*

