

15 декабря

Международный

день



ЧАЯ

36.98
С30



Семёнов, В. М.

Всё о чае и чаепитии. Новейшая чайная энциклопедия / В. М. Семёнов. – Москва : Флинта : Наука, 2003. – 336 с. : ил. – ISBN 5-89349-823-2 (Флинта). – ISBN 5-02-033324-7 (Наука). – Текст : непосредственный.

Предлагаемая книга – путеводитель по "миру чая". Автор рассказывает об уникальных свойствах чая, его истории и технологиях производства, о том, какими качествами обладают различные типы, разновидности, категории, сорта чая. Здесь приведены полезные рекомендации, как лучше использовать эти качества, как оценить фирменные марки чая многих чайных компаний. Даны характеристики знаменитых брендов и сортов чая, а также ассортимента фирменных чаев современной России. Читателя заинтересуют национальные традиции чаепития, чайные рецепты со всего мира, этикет чая. Автор советует, как выбрать чай при покупке, правильно заварить его и лучше сохранить живительные и оздоровительные свойства, как интересно и красиво организовать чаепитие.

Книга адресована широкому кругу читателей – любителей этого популярнейшего напитка.

История чая в России

В Россию чай проник в 1638 году и стал быстро и активно завоёвывать популярность у людей. Посол Василий Старков привёз 64 килограмма чая, обменяв его на шкурки соболя.

Чай стал важным источником формирования целых торговых династий и финансовых империй - Боткиных, Перловых, Высоцких, Вогау, Поповых, Сабашниковых и так далее. Заработанные на чае деньги перетекали в другие сферы торговли и промышленности, становились частью капитала для страховых фирм и банков.

Из-за своей ценности первое время чай был доступен лишь высшим слоям общества. Но с расширением торговых связей, в первую очередь с Китаем, стал широко распространяться по стране. Сравнительно скоро возможность пить чай получили уже и крестьяне, и городская беднота.



Сейчас во всём мире чаем «по-русски» считают чёрный с сахаром и лимоном.

О пользе чая

Чай повышает иммунитет, снижает в крови уровень холестерина, а также обладает противораковым и антиоксидантным действием. Медики рекомендуют побольше пить чай особенно в период сезонных простудных заболеваний.

Кроме того, употребление чая, который содержит кофеин и танин, является своеобразной профилактикой сердечно-сосудистых заболеваний, поскольку содержащиеся в нём полезные вещества не только очищают кровеносные сосуды, но и повышают их эластичность.

Чай содержит более 300 веществ и соединений, которые можно разделить на группы витаминов, минералов, органических кислот, эфирных масел, аминокислот. Вещества, находящиеся в чае, связывают и выводят из кишечника токсины.

Зелёный чай в определённой степени предотвращает болезнь Альцгеймера, образование камней в почках, укрепляет кости.

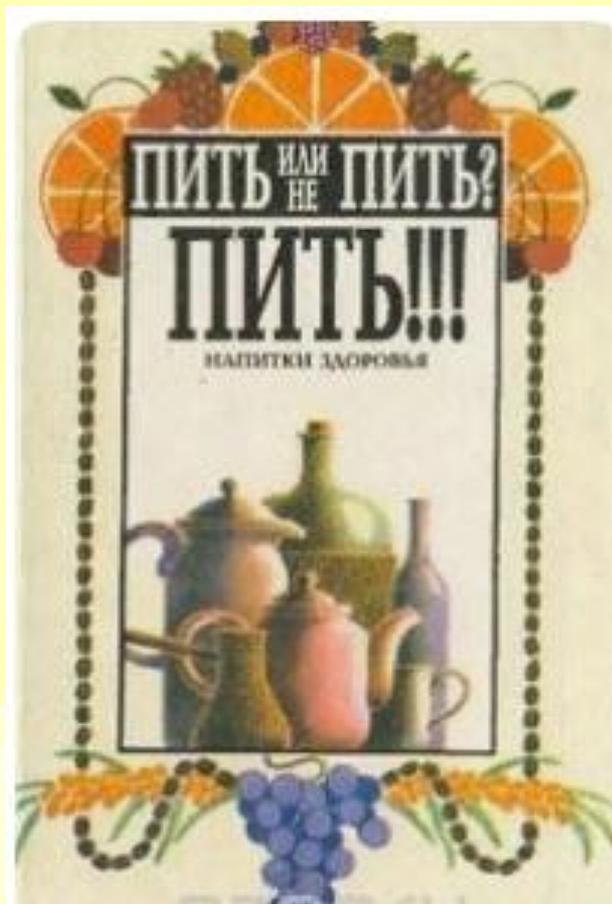
Чай также придаёт прочность костным тканям, защищает зубы от разрушений. Для укрепления зубной эмали и профилактики различных заболеваний полости рта достаточно во время каждого чаепития подержать во рту этот целебный напиток в течение нескольких секунд.

Напиток полезен не только для внутреннего состояния нашего организма и здоровья в целом, но также является незаменимым продуктом для нашей внешности. К примеру, зелёный чай обладает не только омолаживающим, но и антибактериальным эффектом. Благодаря этим свойствам, он используется сегодня во многих косметических средствах.



Зб.991

Еб1



Ена, Я. М.

Пить или не пить? Напитки здоровья / Я. М. Ена, И. М. Щулипенко, И. Е. Шехтер. – Киев : Довира, 1996. – 271 с. – Текст : непосредственный.

Мы постоянно подвержены воздействию неблагоприятных экологических факторов. Настоящая книга поможет читателю подобрать необходимые напитки для укрепления здоровья или лечения конкретных недугов. Ягоды, фрукты, овощи, травы - это не просто дары природы, это - уникальная аптека, известная нашим предкам издавна...

Виды чая

Сегодня чай употребляют не только в первозданном виде, но и добавляют к нему сливки, сахар, имбирь, лимон и даже лук. Да и самого чая сегодня столько разновидностей, что всех сортов и не перечислить.

Существуют несколько основных категорий чая: чёрный, зелёный, белый, улун, пуэр. Эти чаи порой настолько отличаются по виду и вкусу, что многие думают, что они приготовлены из совершенно разных растений. Однако все эти виды чая вполне могут быть созданы из листочков, собранных на одном кусте (*Camellia sinensis*), и отличаться только технологией изготовления.

Традиционный чёрный чай проходит процесс ферментации. Окисление листьев происходит в среднем в течение месяца.

Абсолютно не подвергается ферментации зелёный чай. С чайными листьями в этом случае поступают следующим образом: производят вяление, прожарку, скручивание, сушку, нагревание.

Красный чай тот же зелёный, только подвергнутый процессу окисления. А если его сильно окислить получится совсем другой вид – синий чай. По вкусовым качествам и запаху синий чай похож на обычный чёрный.

Белый чай готовят, воздействуя на листья специальным режимом сушки и запуская процесс ферментации. Белые сорта отличаются тонким ароматом, благородным цветом и нежным вкусом. Этот напиток очень полезен для организма.

Чай пуэр, чай с бергамотом, травяные, цветочные и ароматизированные чаи — их так много, что иной раз просто трудно сделать выбор.



Традиции чаепития

В культуре разных народов существуют свои традиции и правила потребления этого напитка.

В Китае чайная церемония довольно долго была доступна только высшим сословиям. Для проведения тонкого и глубокомысленного обряда строились специальные беседки для чаепития, использовалась специальная посуда. Чайники для китайского чаепития подбирали только глиняные, чтобы чай мог дышать.

Процесс заваривания был долгим, а распитие чая - неспешным, за философским размышлением или беседой. Не допускалось подмешивание к чаю никаких вкусовых дополнений, в виде сахара, лимона, молока. Только чистый зелёный чай. Чайные традиции в Китае сохранились по сей день.

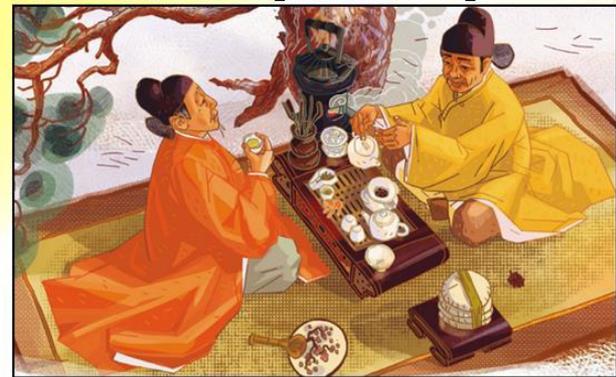
Ритуал чаепития у японцев - это череда неспешных действий, которые настраивают участников церемонии на философский лад и располагают к спокойствию, невозмутимости и миролюбию.

Традиция чаепития продумана в Японии до самых незначительных деталей, существует даже специальная одежда для чайных церемоний. Угощение принято проводить в особом чайном домике, двери которого устроены таким образом, что каждый вошедший вынужден преклонить голову, тем самым показывая, что плохие мысли остаются за пределами этого дома.

Важное значение придаётся чайной утвари, особенно чашкам. Обычно для чайной церемонии используют керамические чашки неправильной формы, которые сначала подвергают «искусственному старению».

На Руси по старым обычаям чай заваривали в самоварах, при этом чашки для чая были большие и заполнялись доверху. К чаю обычно было угощение в виде бубликов, пирогов, варенья, меда.

Часто чай пили из блюдечек, вприкуску с кусковым сахаром.



Зб.991
И20



Иванов, Ю. Г.

Энциклопедия чая / Ю. Г. Иванов. – Смоленск : Русич, 2001. – 624 с. : ил. – (Энциклопедия домашнего хозяйства). – ISBN 5-8138-0126-X. – Текст : непосредственный.

Книга, которую вы держите в руках, - настоящая "чайная" энциклопедия. Она содержит значительный объем уникальной информации об истории появления чая, его возделывании и сборе, технологии обработки чайного листа, способах заваривания великолепного бодрящего напитка, его лечебных и оздоровительных свойствах.

Книга рассказывает также об использовании чая, предлагает рецепты приготовления различных напитков и лакомств на его основе.

Издание проводит читателя по настоящему лабиринту многочисленных сортов и марок чая. На страницах книги описаны крупнейшие отечественные и зарубежные чае торгующие компании и их продукция, приводятся характеристики различных устройств для очистки и кипячения воды в домашних условиях. Читатель познакомится с приемами и методами распознавания фальсифицированных чаев, а также национальными традициями чаепития многих стран мира.

Книга адресована всем тем, кто хочет полнее раскрыть для себя неоспоримые достоинства чудесного напитка – чая.

Где празднуют день чая

Поскольку праздник международный, его в разной степени отмечают на разных континентах. Наиболее широко празднуют его в следующих странах: Бангладеш, Индия, Индонезия, Уганда, Вьетнам, Малайзия, Непал, Китай, Кения, Россия.

Во всех этих странах в той или иной мере развито чайное производство. В России тоже устраивают праздник чая. Конечно, масштабные праздники у нас не проходят, но часто в разных городах страны в этот день устраивают чаепития с самоваром, традиционными русскими бубликами, пряниками, пирогами. Народные гуляния проходят с известным русским размахом.

Всемирный день чая объединяет любителей чаепития со всего мира. В разных городах Европы, Азии, Африки проводятся мастер-классы, ярмарки, фестивали. Можно понаблюдать за таинством настоящей японской или китайской церемонии, продегустировать лучшие сорта чая.

Если вы любите чай, не забудьте 15 декабря устроить свой собственный праздник. Устроить чаепитие в английском стиле, русское застолье за самоваром или воспроизвести китайскую церемонию. Пригласить друзей и насладиться ароматным чайным напитком, а заодно мысленно поблагодарить тех, кто под жарким солнцем собирает для нас чайные листья на чайных плантациях земного шара.



Травяной чай

Ещё до появления чёрного и зелёного чая люди пили травяные напитки. Потом их оттеснили чай, кофе, но сегодня они вновь начали набирать свою популярность. Люди хотят заботиться о своём здоровье, красоте, поэтому всё большее количество людей отдаёт своё предпочтение травяным напиткам. Ведь в отличие от обычного чая, в них нет кофеина, негативно влияющего на состояние нервной системы. Кроме того, такие чаи обладают множеством лечебных свойств.

Травяной чай представляет собой смесь из высушенных или свежих листьев, цветков, корней растений. Такие чаи правильней называть напитками, ведь в них отсутствует чайный лист. Существует много разновидностей настоев, использующихся при различных болезнях. Важно запомнить одно правило – нельзя принимать такие напитки постоянно, чтобы не возникало побочных эффектов. Покупая чай, нужно обязательно знакомиться с его составом, а также правилами заваривания.

Напиток из трав может обладать успокаивающим, тонизирующим, витаминным, лечебным действием (противовоспалительным, антимикробным и т. д.).

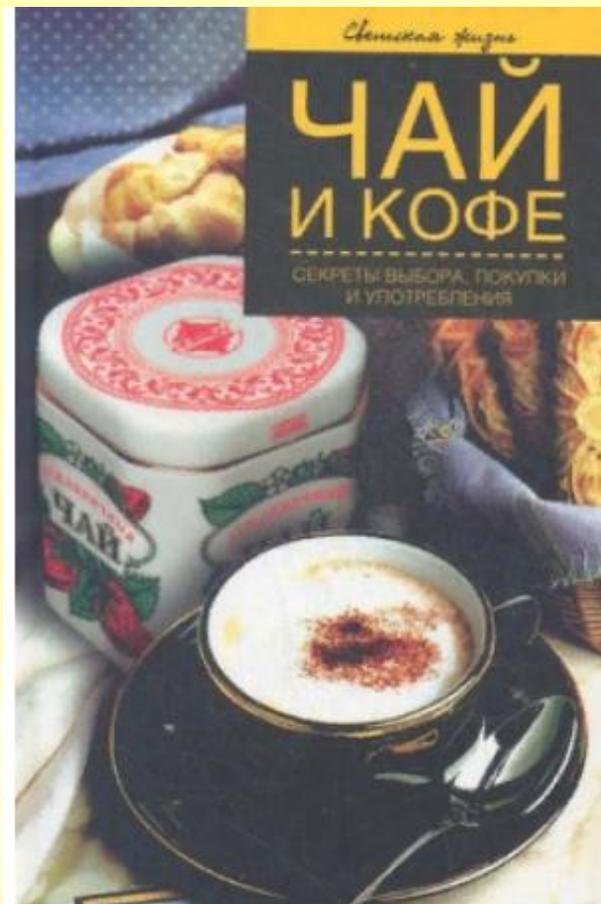
Несмотря на то что травяные напитки обладают множеством полезных свойств, всё же они могут и навредить человеку. Прежде чем употреблять травяной чай, нужно изучить его показания и противопоказания.

В старину в России не было индийского и китайского чая. Наши прапрабабушки и прапрадедушки, сидя за столом с самоваром, пили исконно русский чай, основу которого составляли листья и цветы кипрея, или, как его называли позже, Иван-чая. Предки знали толк в травяных чаях, настоях и отварах, владели особыми секретами и умели правильно заготавливать разные растения, а тем более грамотно заваривать и пить. К кипрею, следуя рецептуре, также добавлялись листья смородины, земляники, малины, цветы липы и другие растения.



36.98

И75



Иофина, И. О.

Чай и кофе. Секреты выбора, покупки и употребления / И. О. Иофина. – Москва : РИПОЛ классик, 2005. – 192 с. : ил. (Светская жизнь). – ISBN 5-7905-2440-0. – Текст : непосредственный.

Вы держите в руках одну из книг серии "Светская жизнь". В ней рассказывается о двух, наверное, самых популярных напитках на земле - чае и кофе. Прочитав ее, вы узнаете о разнообразии чайных и кофейных сортов, о многочисленных способах приготовления чайных листьев и кофейных зерен, популярных в разных странах мира, о традициях употребления этих напитков.

Для широкого круга читателей.

Легенды о чае

Существуют много легенд, повествующих об открытии чая. Имеет место легенда, согласно которой древние пастухи заметили бодрость и крепкое здоровье овец, которые питались листьями чайного дерева.

Но большинство легенд, всё же связано со вторым китайским императором Шен Нунгом. Имя Шен Нунг означало «божественный земледелец». Он учил людей земледелию и медицине. Годы его жизни доподлинно неизвестны, но по многим источникам, он жил около 5000 лет назад.

По одной из легенд, Шен Нунг, изучая лекарственные свойства растений, заваривал многие из них, и таким образом обнаружил чай.

По другой легенде Шен Нунг, заботясь о здоровье людей, рекомендовал им обязательно кипятить воду. Как-то раз в воду упал листочек с чайного дерева, вода стала коричневого цвета и приобрела приятный вкус и аромат. После этого император стал употреблять этот напиток.

По третьей версии Шен Нунг, изучая лекарственные свойства ядовитых растений, однажды употребил их больше сотни и упал без чувств под чайным деревом. С листьев дерева скатилась капелька росы, попала на губы Шен Нунгу и оживила его. Так стали известны тонизирующие и целебные свойства чая.

Сначала чай считался лекарственным напитком, затем стал доступен только особам императорского двора, и только потом получил более широкое применение.

Само название «чай» происходит от китайского «чи», что означает – «молодой листочек».

Сейчас в Китае производят зелёный, чёрный, жёлтый, белый и красный чай. Они отличаются между собой степенью обработки чайного листа.

В наши дни чай выращивают также и в России. Само понятие «чай» имеет сейчас более широкое значение. Это может быть напиток, заваренный из листьев чайного дерева, с добавлением различных трав, пряностей и фруктов, либо даже заваренная другая трава. Всем нам известны мятный, липовый чай, а также исконно русский травяной напиток из иван-чая.



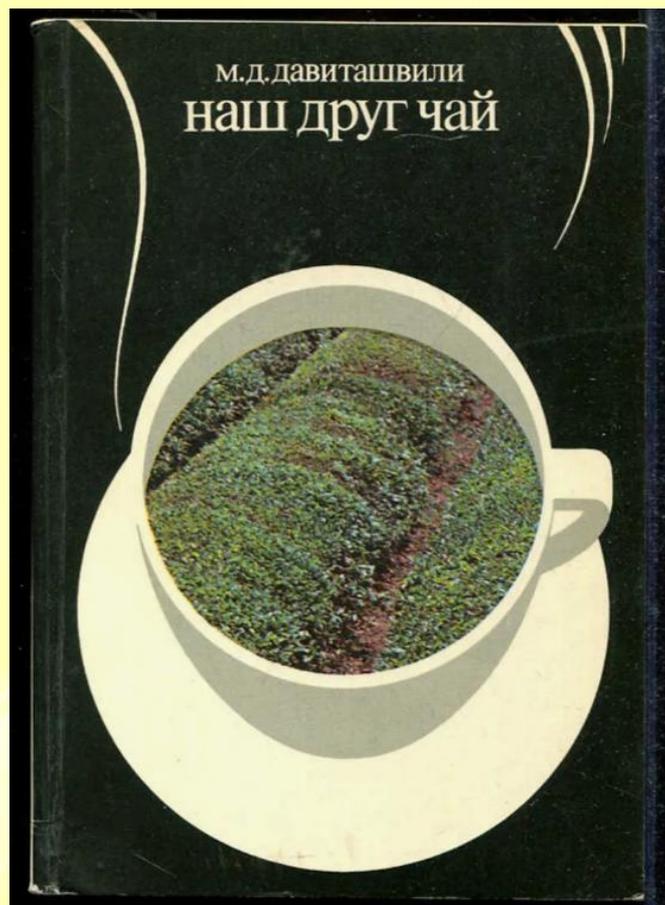
Интересные факты о чае

- Чай – самый популярный напиток в мире, после воды конечно.
- Зелёный и чёрный чай делают из одного и того же чайного дерева *Camellia sinensis*. Вся разница в обработке чайного листа.
- В былые времена чаеманы клали в чашку не привычный нам сахар, а соль.
- Зелёный чай содержит на 50% больше витамина С, чем обычный чёрный.
- Чай содержит множество антиоксидантов. При умеренном потреблении улучшает иммунную систему, помогает в профилактике рака и сердечно-сосудистых заболеваний.
- Патент на пакетики с чаем датирован 1903 годом. Большинство ценителей чая считают, что изобретение чая в пакетиках ухудшило его вкус и свойства. Со временем чай, который используется в чайных пакетиках, стал самым низким сортом чая.
- Чай способен впитывать запахи вокруг него. Вот совет для удаления запахов пищи из ваших рук: помойте руки чаем и будут удалены все запахи. Этот способ прекрасно работает даже с запахом рыбы!
- Сосуды для подогрева воды, конструктивно схожие с современным самоваром, были известны и в Древнем Китае, и в античной Греции. Но именно в России самовар стал одним из национальных символов. Первые русские самовары начали делать в середине XVIII века на заводах Демидовых на Урале и в Туле.



36.98

Д13



Давиташвили, М. Д.

Наш друг чай / М. Д. Давиташвили. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Колос, 1979. – 152 с. : ил. – Текст : непосредственный.

Книга знакомит с историей и способами производства чая, его многообразными видами и сортами, с его свойствами универсального биологического регулятора, стимулятора и целебного средства.

Автор книги, впервые вышедшей под названием 'Чай наш грузинский', М. Д. Давиташвили — заслуженный журналист Грузинской ССР. За книгу о чае он удостоен премии Союза журналистов СССР. Настоящее издание переработано и дополнено новыми главами.

Книга рассчитана на массового читателя.

Чай здоровью – лучший друг!

*Если хворь с кем приключится –
чаем можно полечиться.*

*Чай всех снадобий полезней,
помогает от болезней.*

*Чай в жару нас освежает,
а в морозы согревает,*

*И сонливость переборет и
с усталостью поспорит.*

Сокрушит любой недуг,

Чай здоровью – лучший друг!



МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ЧАЯ

МЕЖДУНАРОДНЫЙ ДЕНЬ ЧАЯ – это необычный праздник, который отмечают 15 декабря страны, выращивающие чай и занимающиеся его экспортом, а также все любители и почитатели этого напитка.

Хотя человечество наслаждается этим напитком уже много веков, Международный день чая был учреждён совсем недавно. Это было решено на заседаниях всемирного общественного форума, сначала в Мумбае в 2004 году, а затем в бразильском Порт-Аллегро в 2005 году. «Мировую Декларацию Прав работников чайной индустрии» приняли тоже 15 декабря.

Первый день чая был проведен 15 декабря 2005 года.

Целью Международного дня чая является популяризация напитка. Но это не всё. Создатели праздника хотели показать людям, чтобы они не забывали о том, что вокруг каждой чашки с горячим ароматным напитком выстроена целая чайная индустрия.

Международная задача - привлечь внимание к тем людям, которые ежедневно трудятся на чайных плантациях. Только в Индии их более 10 миллионов. А ведь чайные плантации расположены по всему миру: в Непале, в Кении, Уганде, Вьетнаме.

Большинство из сборщиков - женщины и дети. Это огромное количество незащищённых людей, без социальных гарантий. В чайном производстве существует очень много нерегулируемых вопросов: права женщин, охрана труда, регулировка конкуренции.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

**Составитель: С. М. Карачевцева, библиотекарь
отдела комплектования библиотечных фондов и
обслуживания пользователей НБ КГУ**