

Полезные свойства чая

Автор:

17.12.2018 11:22

Этот напиток известен человечеству тысячи лет. Первую чашку чая китайский император попробовал случайно 4.7 тысяч лет назад. Когда он сидел под красивым деревом ему в горячую воду сверху упали листочки. Попробовав необычно ароматный и вкусный напиток, он пожелал, чтобы ему всегда подавали его по утрам. С тех пор в Китае и других азиатских странах существуют настоящие церемонии, посвященные употреблению этого горячего напитка. А камелию китайскую стали называть чайным деревом.



Распространяясь по миру, чай с первыми кораблями из Индии попал и в Европу. Однако, не зная, что это такое повара, служившие при королевском дворе на один из приемов, приготовили из зеленых листьев салат. Сейчас этот благородный напиток употребляют на всех континентах. Чтобы отдохнуть, расслабиться или для неспешной беседы люди часто используют чай. Только на родине чая, в Китае, сейчас выращивается свыше

Автор:

17.12.2018 11:22

тысячи его сортов. Статистики утверждают, что в течение всего лишь одной секунды на планете люди выпивают больше 2-х миллионов чашек чая.

Существует много компаний, таких как [ukrainian tea](#), специализирующихся на приготовлении и купажировании разных сортов чая. Многие украинцы тоже очень любят этот напиток, сейчас его готовят не только из листьев чайного дерева. Существует много эксклюзивных, натуральных сортов, которые производятся с добавлением различных трав и растений. Такой отвар не просто очень вкусный, но и полезный. Его регулярное употребление помогает укрепить организм и улучшить самочувствие человека.

В листьях этого растения содержится много антиоксидантов. Умеренное употребление чая позволяет улучшить состояние иммунной системы. Он является отличным средством в предупреждении сердечно-сосудистых болезней и даже выступает в качестве профилактики рака. В медицине известно, что для снижения на 20% риска возникновения сердечного приступа, достаточно за день выпивать по пару чашек зеленого чая. А добавление в этот напиток цветов ромашки позволяет улучшить сон и нормализовать психоэмоциональное состояние человека. Существует много специализированных рецептов чая, которые позволяют бороться с разными недугами. К листьям чайного дерева часто добавляют разные семена, корни, стебли, соцветия, плоды и другие части растений, создавая уникальные рецепты.

Чай поможет укрепить здоровье, улучшит настроение и будет отличным дополнением к приятному отдыху.

Дата публикации: 14.12.18