TIT online Akadémia

Szeptember-Október témaköre: TEA

TEA fajták – TEA típusok

Tea termesztők:

India, Kína, Kenya, Sri Lanka, Indonézia, Vietnám, Irán, Japán, Argentina és Törökország a világ legnagyobb teatermesztői. Európában egy helyen, az Azori-szigeteken termelnek teát, ahol szubtrópusi a klíma. Varga Marianna, Magyarország első teaültetvényének tulajdonosa, aki 2018. július 13-án ültette el az első, 500 teacserjét Galgahévízen, a Kínában őshonos Camellia sinensist. Ez már önmagában egyedülálló vállalkozás volt, mert előtte Magyarországon még senki nem próbálkozott ezzel. Galgahévízen kívül Nagymaroson, Pilismaróton, Kaposfőn, Szentendrén, Alsónémediben, Kecelen és Dabason telepítettek teát.

A tea íze nagyon sok körülménytől függhet:

- a teacserje termesztésének helyétől,
- a tengerszint feletti magasságtól,
- az időjárástól: csapadékmennyiség, napos órák száma,
- a tea szüret időpontjától,
- a tealevelek feldolgozási folyamatának apró jellegzetességeitől, amelyek a tea mesterre vagy a teagyárra jellemzőek.
-

Tea fajták:

Fekete tea:

Az összes fekete tea a teacserje (Camellia sinensis) leveleiből készül, ahogy a fehér, zöld, oolong, sárga és puer teák is. A fekete teák esetében a tealevelek feldolgozása során hagyják a leveleket teljesen oxidálódni. Azaz a szedés után beinduló, lassan végbemenő barnulással járó kémiai folyamatokat nem állítják meg, hanem hagyják teljesen végbemenni. Főzetének sötét vöröses színe van, emiatt keleten egyébként vörös teának (红茶 hong cha) hívják. Nyugaton azonban elterjedt a fekete tea név. A fekete teák a teljesen fermentált teák. Általában egy rügyből és két levélből álló hajtás az alapjuk. Az eljárásnak köszönheti a kávéval egyenértékű élénkítő hatását, mind e mellett magasabb vitamin és ásványi anyag tartalommal bír. A fekete teát 100 fokos vízzel forrázzuk és átlagosan 3- 4 percig áztatjuk. Ha erősebb feketére vágyunk, ne az áztatási időt, a mennyiséget növeljük.

A legismertebb fekete tea keverékek:

Earl Grey: az Olaszországban termesztett bergamot narancs olajával illatosított, ízesített fekete tea, az egyik legismertebb fekete tea keverék a világon.

Lady Grey: az Earl Grey egyik legnépszerűbb variánsa. Ízesítése a bergamoton túl citrommal és naranccsal egészül ki.

English Breakfast: eredetileg kínai fekete tea, de ma már ceyloni, sőt akár assami, kenyai és afrikai fekete teák keveréke is lehet. Nincs külön ízesítése, mint például az Earl Grey-nek. Erős, karakteres tea, legtöbbször citrommal és tejjel isszák.

Prince of Wales: 1921-ben kifejezetten Wales Hercegének készítette ezt a teakeveréket a Twinings. A Twinings keveréke jelenleg Kína Jiangxi, Anhui és Yunnan tartományaiból származó fekete teákat tartalmaz, lágy, fás karakterű teát alakítva ki.

Darjeeling és Assam: a legismertebb két indiai teatermő területről származó teakeverékek. A darjeelingi keverék könnyebb, lágyabb, aromásabb ízvilágú, míg az assami erős, karakteres, malátás ízű.

Ízesített fekete teák:

- Masala chai: az indiaiak mindennapi teája: fűszeres, tejes tea.
- Bubble tea: tápióka gyöngyös, tejes, gyümölcsös tea.
- Virágok: míg a zöld teát leginkább jázmin virágokkal szokták keverni, a fekete teákat inkább rózsával és osmanthus virággal.
- Gyümölcsök: a gyümölcs ízű, sőt, a gyümölcsdarabos teák is általában aromákkal gazdagítottak. A szárított gyümölcs egyszerűen nem ad teaként erős, karakteres gyümölcs ízű főzetet, így az aromák nélkülözhetetlenek az ízvilág kialakításhoz.
- Gyógynövények: a menta az egyik legismertebb tea kísérő gyógynövény. Bár a híres marokkói menta teát kínai zöld teából készítik, Egyiptomban mindig fekete teához adják a friss mentaleveleket.

Egyedi termőterületről származó, szálas fekete teák

A magas minőségű, szálas teák íze nagyon erősen kötődik termelésének földrajzi helyéhez, annak aktuális időjárásához, a helyi teacserje variánshoz és a helyi teafeldolgozási módhoz. A leveleket kézzel szedik, és a feldolgozás során megőrzik a tealevél épségét.

- Keemun (Qimen 祁门): Qimen megye, Anhui tartomány világhíres fekete teája. Enyhén virágos és füstös ízek jellemzik, kakaós és édeskés, lágy és érett ízvilágú.
- Lapsang Souchong (Zhengshan xiaozhong, 正山小種): először Fujian provinciában, a Wuyi régió Tongmu nevű falujában készítették. A füstölés egészen különleges, élénk, édeskés és fenyőfüstös ízvilágot eredményezett, ami gyors népszerűségre tett szert a

világban. Ma már kaphatóak a füstölés nélküli verziók is, amelyek inkább édeskés, mézes ízűek.

- Jin Jun Mei (金骏眉): a védett Wuyi hegységben található Tongmu falu kitűnő minőségű fekete teája. Íze lágy, mézes, édeskés. Annyira népszerű, hogy sokan úgy tartják: ez Kína legjobb teája!

- Darjeeling: a darjeelingi teákat csak úgy emlegetik, hogy "a teák pezsgője". Ennek a teának a világon egyedülálló, muskotályos ízjegyei vannak.

- Assam: Assam az indiaiak egyszerűbb, de markáns ízű teájának, a britek nagy kedvencének otthona. A világ legnagyobb teatermő vidéke.

Zöld tea

A zöld tea a nem fermentált teák közé tartozik. A zöld tea készítéséhez a kora tavaszi friss rügyeket és fiatal leveleket szedik, melyek a feldolgozás során alig oxidálódtak (0-5%), megtartották zöld színüket A friss hajtások leszedését követően hőkezeléssel állítják meg a levelek barnulását, oxidálását. Koffein, régebbi nevén tein található benne, azonban a fermentált társaival szemben inkább nyugtató hatású. A Japán, kínai tradíció szerint 80 C -os vízzel felöntjük a tealeveleket, átlagosan háromszor is megismételhetjük, viszont első alkalommal ne hagyjuk ázni a teánkat egy percnél tovább. A 80 fokos vizet, úgy állíthatjuk elő eszközhiány esetén, hogy a 100 fokra forralt vizet 2 percig hűlni hagyjuk A zöld tea a szív és érrendszert gyengéden átmossa, magas antioxidáns tartalmával támogatja immunrendszerünket. Egy tévhit, hogy a zöld teában nincs koffein, bár az igaz, hogy nincs annyi benne, mint a kávéban. Míg egy csésze zöld tea 15-40 mg koffeint tartalmaz, addig egy csésze kávéban 50-100 mg koffein van.

Fehér tea

A fehér tea egy igazi különlegességnek számít a teák között; egyáltalán nem fermentált, csak szárítva van. A fehér teák, a növény legtermészetesebb értékeit őrzik, rügyekből, illetve zsenge levelekből áll. Lágy ízéről, aromájáról és frissítő tulajdonságáról ismert fehér tea Fucsien tartomány különlegessége. 80 fokos főzővízzel készítjük és akár ötször is felönthetjük. A többi fajtához hasonlóan ez is rendelkezik jótékony tulajdonságokkal: antibakteriális és viricid hatásának köszönhetően, a természet erejével segíti a vírusos megbetegedések leküzdését, megelőzését. Koleszterin és vérnyomáscsökkentő. A nevét a bimbók körüli levélkéken található fehér bolyhokról kapta. A fehér teában is van tein, de lényegesen kisebb mennyiségben található meg benne, mint a feketében és a zöldben.

Oolong tea

Ez a fajta tea félig fermentált, többnyire Kínára és Tajvanra jellemző. Az oolong teák nagyon széles, részben oxidált (20-85%) kategória, számtalan híres teával. A név jelentése "Fekete Sárkány" és egy Anxi-beli teaszedő fiú legendája fűződik hozzá. A friss leveleket az üzem tetején vagy az udvarán szétterítik, fonnyasztják – kontrollálva az őket érő napfény

mennyiségét, majd egy összetett, sokszor egész éjszakán át tartó, több lépcsős folyamatban rázzák, sodorják, préselik őket, ami feltöri a levelek sejtszerkezetét. Ezeket a teákat 80-90 fokos vízzel érdemes áztatni. Alacsony a koffeintartalmuk, így akár egész nap fogyaszthatjuk, virágos, fás, zöldes ízűek. Rendkívül jó hatással van a gyomorra, segíti a zsírok lebontását, erősíti immunrendszerünket és kellemesen ellazít.

Puer tea

A puer tea az utóérlelt teák kategóriájának egyik tagja, melyet a Kína, Yunnan tartományának déli részén, a Mekong folyó, a laoszi, vietnámi, burmai határ környékén készítenek. Az elnyújtott fermentációnak köszönhetően idővel nemesedik a tea. Íze földes, letisztult, bioaktív anyagban gazdag. A fogyásban, diabetikus programban betöltött szerepe, egészségmegőrző hatása egyedülálló a teák világában. 85-90 fokos vízzel érdemes elkészíteni.

Matcha tea

A matcha tea egy különleges tea, a Japán teaszertartások főszereplője. Zöldes színű por formájában juthatunk hozzá. A teapor feloldásához 80-85 fokos vizet használunk. A zöld teák közül a legerősebb gyógyhatással rendelkezik. Immunerősítő, gyulladáscsökkentő, tisztító hatása tette őt a zöld teák elismert királyává. Érdekesség még az, hogy ezt a fajta teát sütéshez is lehet használni.

Rooibos tea

A rooibos teát egy afrikai cserje kiszárított leveléből készítik, főzete mélyvörös színű, jellegzetes ízű, C-vitamin, kálcium, magnézium, cink tartalmának köszönhetően öregedésgátló és csonterősítő. Ez a tea nem tartalmaz teint (koffeint). Sokan kedvelik az egyedi ízvilága miatt. A rooibost a tea gurmanok nem tekintik igazi teának, mert nem levelekből, hanem egy dél-afrikai cserjéből állítják elő. A téglavörös színű, édeskés ízű rooibos fermentált, míg a zöld testvére nem fermentált és inkább gyógynövényes ízvilágot képvisel. 100 fokos teavízzel készítjük átlagosan 3 perces áztatással.

Mate tea

A mate tea Dél-Amerikában népszerű. Egy örökzöld növény leveléből készítik. Hatóanyaga a matein, ami a koffeinhez hasonlóan élénkítő hatású. A Mate tea egy igazi energia forrás. Tartalmazza szinte az összes élet fenntartáshoz szükséges vitamint, valamit nyomokban tartalmaz tiamont, niacint, pantoténsavat, folsavat, megnéziumot, foszfort, káliumot és mangánt, ezen felül cinket, szelént, valamint E és C-vitamint is.

Forrás:
1, https://szeretlektea.hu/fekete-tea-fajtak/
2, https://logout.hu/cikk/a_teazas_muveszete_ahogyan_meg_nem_ismerted/teafajtak.html
3, https://teapalota.hu/tea-fajtak/
4, https://teavolution.eu/tea-fajtak/