

7 Il tè: la bevanda più diffusa al mondo



Sulle origini del tè le notizie sono contrastanti e diversi Paesi dell'est asiatico rivendicano la paternità della bevanda più diffusa al mondo. Una delle leggende più popolari racconta che, intorno al 2700 a.c., mentre un imperatore cinese beveva dell'acqua calda sotto un albero di *Camelia Sinensis*, alcune foglie caddero nel bricco sprigionando aromi particolari che incantarono l'imperatore.

In Giappone bere tè è considerato un momento di meditazione, è un rito complesso a suggello dell'amicizia e dell'ospitalità.

In India viene bevuto nelle regge dei maharajah come in Russia, mentre nelle classi sociali più povere viene consumato per alleviare la sete e perfino come contributo al nutrimento per le classi più povere.

In Inghilterra è diffuso in tutte le classi sociali, tanto da essere considerato una grande conquista dei lavoratori inglesi il riconoscimento della pausa durante l'orario di lavoro (*five o'clock tea*).

La **teina** è un alcaloide paragonabile alla caffeina, riesce a tonificare e a stimolare il sistema nervoso.

Il tè, conosciuto in tutto il mondo per le sue proprietà terapeutiche e dietetiche, è una bevanda priva di calorie e di sodio ma contenente le vitamine B1-B2-P-A, fluoro, tannino e teina.

Il tè è una pianta sempre verde della famiglia della *Camelia Sinensis*, i cui fiori hanno uno spiccato profumo di gelsomino.

Questa pianta legnosa allo stato selvatico può raggiungere l'altezza di 20 metri, ma per facilitarne la raccolta viene potata, mantenendo un'altezza di un metro e mezzo; alla fine le piante assumono un aspetto di cespuglio.

Il gusto del tè varia in base a diversi fattori come il clima, il terreno, i metodi di raccolta e di lavorazione, il metodo di preparazione ed il tipo di teiera utilizzata.

La pianta del tè è coltivata in molti Paesi con clima tropicale e subtropicale; i migliori tè arrivano da India nord-orientale, Sri Lanka, Cina, Giappone e Taiwan; mentre i maggiori produttori sono India, Cina, Kenia, Turchia, Russia, Indonesia, Giappone, Sri Lanka.

La **raccolta** delle foglie di tè avviene tre volte all'anno: ad aprile, a giugno e verso la metà dell'autunno.

La raccolta delle qualità migliori avviene ancora oggi a mano, prelevando al mattino presto i germogli chiamati *pekoe*, cioè «barba bianca», ad indicare la lanugine che li ricopre, dando un prodotto di qualità superiore.

Dopo la raccolta segue il trattamento di **avvizzimento** o **appassimento**, al sole o in luoghi caldi per ridurne l'umidità; segue l'**accartocciamento a mano** o a **macchina**, che consente la rottura delle cellule delle foglie e la liberazione di un liquido ricco di enzimi e di oli essenziali; la **fermentazione**, che avviene in un ambiente umido ad una temperatura di 22-28 °C per circa 1-3 ore, crea una reazione chimica che andrà a completare il gusto e l'aroma, dando come prodotto finale il tè nero, molto apprezzato in occidente (Europa); l'**essiccamento** avviene in forno a 80 °C per eliminare l'umidità.

«La filosofia del tè non è banale estetismo; è economia, perché dimostra che il benessere risiede nella semplicità piuttosto che nella ostentazione; è geometria morale in quanto definisce il rapporto tra i nostri sentimenti e l'universo; infine, rappresenta il vero spirito della democrazia orientale perché trasforma i suoi adepti in veri aristocratici del gusto».

(O. Kazukò)

Il tè verde consumato maggiormente in Oriente non viene fatto fermentare ma seccato lentamente nei forni; si produce anche il tè semi-fermentato, detto *oolong*, molto apprezzato nei Paesi arabi.

Terminata la lavorazione, il tè viene **confezionato** in bustine o sfuso e spedito nei Paesi che ne fanno richiesta.

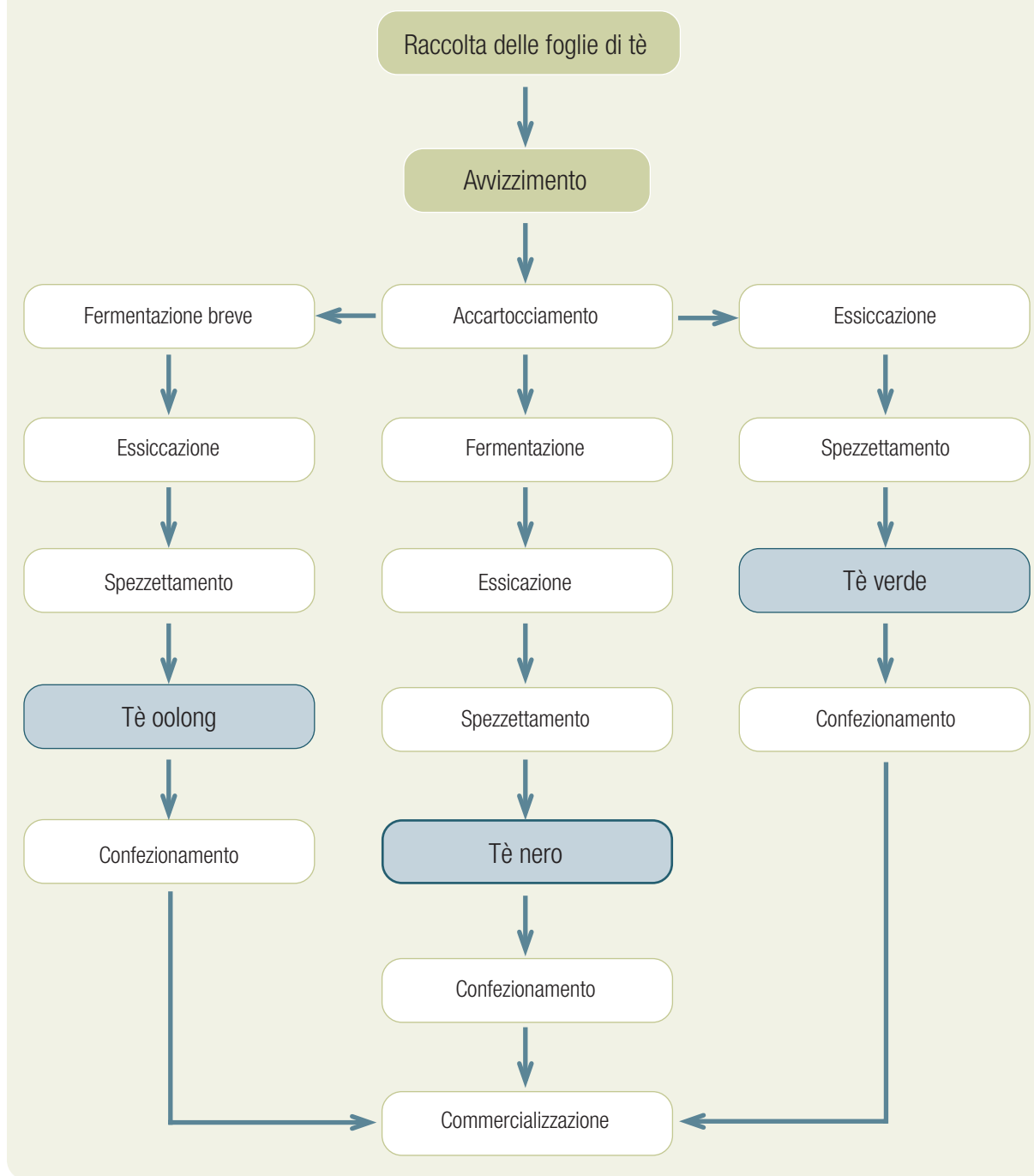
Esistono in commercio diverse varietà di tè che differiscono in relazione alla zona di produzione e alla composizione delle miscele:

- *tè di Ceylon*, proviene dalla medesima isola, è un prodotto di alta qualità dal gusto pieno e dal profumo tenue.
- *Early Grey*, miscela speciale aromatizzata con olio di bergamotto, può essere gustato con o senza latte.
- *Orange Pekoe*, prodotto sulle alte colline dell'isola di Ceylon, dal gusto morbido e delicato.
- *English breakfast*, miscela di tè con gusto e profumo molto intenso.
- *Tè jasmine*, proveniente dalla Cina, con fragranza di fiori secchi di gelsomino, va gustato puro.
- *Prince of Wales*, originario della Cina, di colore brillante.
- *Lemon Scented*, miscela di tè neri di Ceylon, profumati al limone.

Qual è la differenza tra tè e tisane?

Il tè è un infuso ottenuto da una sola pianta, chiamata *Camelia Sinensis*, anche se esistono un paio di altre piante che possono essere definite tè. La tisana, invece, è un metodo di infusione di altri tipi di foglie, fiori e aromi diversi dal tè.

SINTETIZZANDO



8 Il servizio del tè

Nonostante il tè sia una bevanda che non appartiene alla nostra cultura, si è avuto di recente un incremento dei consumatori, accompagnato dalla nascita di locali attrezzati nel servire il tè nel perfetto stile «British».

La bustina di tè è stata inventata a New York nel 1904 da un commerciante che, per spedire il tè, lo mise in un sacchettino di seta. La maggior parte del tè in commercio attualmente è in bustina.

Riportiamo alcuni suggerimenti sul come servire in modo dignitoso un tè, ricordandoci che esistono stili e cultura del tè differenti in ogni Paese; in linea di massima si distingue il *servizio del tè sfuso* e il *servizio del tè in bustina*.

Il servizio del **tè sfuso** è quello ritenuto migliore dagli intenditori; le fasi di preparazione sono le seguenti:

- al cliente sul banco o al tavolino deve giungere un sottotazza, un frangino, una tazza calda, un cucchiaino, lo zucchero in bustina, un bricco con acqua calda per allungare il tè se risulta troppo aromatico, il limone, il latte e il distillato se richiesto;
- si mostrano al cliente i diversi tè sfusi che il locale può offrire, custoditi in appositi barattolini;
- si riscalda l'acqua in un bricco di acciaio fino a quando si notano le prime bollicine;
 - si sciacqua la teiera in porcellana bianca con dell'acqua calda, per permettere all'acqua di mantenersi bollente per più tempo;
 - si versano nella teiera un cucchiaino di tè sfuso ogni 2 dl di acqua;
 - si versa l'acqua nella teiera, si mette il copriteiera, che accelera l'infusione, e si lascia il tè in infusione dai 3 ai 5 minuti;
 - si versa il tè in tazze calde, filtrando con un passino da tè.



Il tè sfuso può essere versato liberamente nell'acqua calda e poi filtrato, inserito in un apposito contenitore a filtro di ceramica o di acciaio o servito in una teiera con stantuffo capace di tener fermo il tè sfuso nel fondo evitando che vada a finire nella tazza.

Il servizio del **tè in bustina** è preferito nelle circostanze in cui esso non rappresenta un rito come quello sfuso, ma una bevanda da servire nella maniera più pratica e nello stesso tempo elegante:

- al cliente sul banco o al tavolino deve giungere un sottotazza, un frangino, una tazza calda, un cucchiaino, lo zucchero in bustina, un bricco con acqua calda per allungare il tè se risulta troppo aromatico, il limone, il latte e il distillato se richiesto;
- si mostrano al cliente le diverse bustine di tè;
- si riscalda l'acqua in un bricco di acciaio fino a quando si notano le prime bollicine;
- si sciacqua la teiera in porcellana bianca con dell'acqua calda;
- si versa l'acqua nella teiera;
- si attende che il cliente inserisca la bustina nella teiera (una per ogni persona), facendo così decidere a lui il tempo d'infusione, quindi si mette il copriteiera e si lascia il tè in infusione dai 3 ai 5 minuti;
- si versa il tè in tazze calde.

Alcuni consigli per preparare un perfetto «British tea».

- Le tazze devono essere di fine porcellana.
- Nel servizio del tè, specialmente nel tardo pomeriggio, è consigliabile offrire prodotti di pasticceria secca.
- È preferibile l'acqua minerale naturale, altrimenti quella del rubinetto; l'importante è che non sia ricca di calcio o magnesio e che sia priva di odori.
- L'acqua deve essere bollente, ma non deve bollire altrimenti perde ossigeno e il tè risulta piatto, con il caratteristico odore di vapore e sapore di acqua cotta.
- Evitare di usare l'acqua della macchina del caffè espresso, è priva di ossigeno.
- Durante l'infusione (dai tre a cinque minuti) ricordiamoci che il tè rilascia prima il colore (nell'arco di un minuto) e poi l'aroma (dai tre a cinque minuti).
- Prima di versare il tè nella tazza mescolare sempre con un cucchiaino.
- Il latte freddo, da servire in un piccolo bricco, rende il tè meno astringente.
- Il limone o l'arancia, da tagliare a rondelle regolari e disporre su di un piattino con forchettina o stecchino per la presa, modificano sia il colore che il sapore del tè.
- Nel caso venga richiesta un'acquavite, si serve in un bicchiere a parte.
- Accompagnare sempre il tè con un bricco di acqua calda per allungarlo nel caso in cui fosse eccessivamente aromatico.



9 Gli altri infusi

Anche altri infusi, seppure con minore richiesta rispetto al tè, trovano spazio nella preparazione al bar in quanto, oltre al piacere di berli, hanno spesso proprietà curative.



Diversi tipi di infusi

Si indicano con questo nome i preparati per tisane a base di fiori, foglie, radici di una singola pianta o miste, messe a macerare in acqua bollente per qualche minuto.

Tra gli infusi più richiesti troviamo la camomilla, il tiglio, la menta, il finocchio, il timo, la verbena, il cardamomo, il canarino. Vediamo le caratteristiche di alcuni di essi:

- la **camomilla** ha proprietà medicamentose e tranquillanti;
- il **tilgio**, come la camomilla, ha potere calmante e rilassante;
- la **menta** è conosciuta dall'antichità per le sue virtù curative grazie ad un olio essenziale, il mentolo, che stimola l'appetito, favorisce la digestione, combatte l'insonnia e la formazione di gas intestinali;
- il **finocchio** stimola la digestione ed ha anche proprietà diuretiche;
- il **timo** è energizzante e viene consigliato in situazioni di affaticabilità e di stress;
- la **verbena**, pianta considerata sacra sin dal tempo dei Romani, è usata per allontanare la febbre e come tonico;

- il **carcadè** è apprezzato come dissetante ed è molto rinfrescante, dal colore rosso e dal gusto asprigno, tonico e digestivo, ottimo servito freddo;
- la **rosa canina**, diuretica, astringente e acidula di sapore.

Gli infusi possono essere serviti in bustine monodose oppure sfusi accompagnati con l'apposito passino. La preparazione e il servizio sono gli stessi del tè, con la differenza che non vengono accompagnati con limone o latte.

Il **canarino** è una bevanda calda, famosa per le sue proprietà digestive, molto aromatica, deve il nome al suo colore giallo chiaro, dato dall'infusione della buccia di limone. Si prepara aggiungendo ad una spirale di buccia di limone dell'acqua calda, lasciandola in infusione a seconda del gusto preferito dal cliente.

10 Il caffè d'orzo

Esistono in commercio alcuni surrogati di caffè, basti pensare ai caffè ottenuti da *radici* (cicoria, barbabietola, carota), da *frutti* (fichi, datteri, carrube), *leguminose* (semi diversi), che subiscono una tostatura e una macinazione per poter essere impiegati in una infusione simile al caffè sia per gusto che per colore; questi surrogati hanno il vantaggio di non contenere la caffeina e quindi sono indicati per bambini e per soggetti che soffrono di problemi di ansia. Il più diffuso è l'**orzo**, un cereale ricchissimo di minerali, in particolare calcio e fosforo. Il caffè d'orzo è una bevanda senza controindicazioni e dal sapore dolciastro che generalmente piace a grandi e piccoli. L'orzo è un cereale con preziosi nutrienti, tra cui lipidi, zuccheri, vitamine PP, B1 e B2, acidi e grassi essenziali, pari quantità di proteine del frumento ma più ricco di calorie. In commercio è presente solubile, da aggiungere all'acqua bollente o direttamente nel latte caldo, sfuso macinato e viene preparato con una speciale caffettiera che, nel momento in cui l'acqua raggiunge il punto di ebollizione, si capovolge permettendo all'acqua di passare attraverso il filtro. In questi ultimi anni in commercio sono offerte delle cialde monodose che permettono di preparare un caffè d'orzo con la macchina del caffè espresso; si serve in tazza grande o anche in tazzine da espresso, ottimo se utilizzato al posto del caffè nella preparazione dei cappuccini.

11 Il latte al bar

Il latte è un alimento insostituibile per il nostro organismo a tutte le età, ricco di calcio, vitamine, proteine, sali minerali e grassi, rappresenta una bevanda completa per la nostra salute.