

Vedecké čaje

Kvalitné zelené čaje prospievajú zdraviu človeka. No mohol by byť čaj ešte zdravší a pomáhať pri niektorých CIVILIZAČNÝCH OCHORENIACH intenzívnejšie?

Tejto problematike sa v súčasnosti venujú viaceré výskumné ústavy čaju v Číne, na Taiwane a v Japonsku. Predovšetkým japonskí vedci sa v posledných rokoch zamerali na výskum

možností zvyšovania liečivých vlastností zelených čajov. Vyšľachtili druhy, ktoré vynikajú vysokým obsahom antioxidantov a ďalších zdraviu prospešných látok.
Alena a Vladimír Ondejčí-

kovci z Čajovne dobrých ľudí v Nitre sa stretli s vedeckými čajmi na svetovom festivale čaju O-ča v japonskej Šizuoke. Zaujali ich fyziologické účinky tohto nápoja, a preto začali vedecké čaje podrobnejšie študovať a následne dovážať na Slovensko. V posledných rokoch už pomohli mnohým ľuďom. Predstavme si niektoré z nich.

Alergie a čaj KATE-BENIFUKI

Podľa japonských výskumov má zelený čaj Kate-Benifuki mimoriadne vysokú hladinu katechínov (EGCG) a ďalších významných látok dôležitých pre organizmus človeka. Čaj pomáha minimalizovať nepríjemné prejavy alergií, sennej nádchy a zahlienenie dýchacích ciest. Alergiu nevylieči, ale môže výrazne znížiť dráždivosť a jej nepríjemné prejavy. Čajová kanvička ráno pomôže vrátiť ľudí s touto precitlivosťou do normálneho života. Okrem toho pomáha zlepšiť imunitu. Účinok je viditeľný a rýchly.

Mozog, imunita a čaj GABA

K vedeckým čajom patrí aj GABA a nemá nič so ženským menom. GABA je skratka z anglického pomenovania kyseliny gama-aminomaslovej, ktorá je nevyhnutná pre správnu funkciu mozgu a nervového systému. Japonský vedecký tím Dr. Tsusidua študoval pôsobenie vaku na čajové púčiky a listy počas ich spracovania. Výsledkom desaťročia pokusov je čaj GABA. Má mimoriadny obsah antioxidantov a najmä spomínanej kyseliny gama-aminomaslovej, bez ktorej organizmus predčasne starne, aktivita a sústredenosť mozgu klesá, človek zabúda a ruky sa trasú... Čaje GABA s veľmi dobrou kvalitou sa dnes produkujú nielen v Japonsku, ale aj na ostrove Taiwan. Jeho celosvetová



OBLÚBENÝ NÁPOJ JE PREDMETOM ODBORNÉHO BÁDANIA

obluba rýchle rastie, pretože môže účinne pomôcť pri predčasnem starnutí, zníženej imunitě, strese a nervozite, pri únave a výkyvoch tlaku.

Životná sila a TEA 001

Pod jednoduchým názvom TEA 001 sa skrýva unikátna zmes japonských vedeckých čajov. Na časť čajových lístkov pôsobia pri procese spracovania probiotické kultúry, a preto sú charakter i účinky čaju odlišné. Viacerí hostia Čajovne dobrých ľudí si ho obľúbili aj preto, že dokáže plnohodnotne a rýchlo nahradiť kávu. Pijú ho pre pocit vzpruženia, ktorý sa po vypití kanvičky čaju rozhostí v tele. Neobsahuje veľa teínu a napriek tomu energeticky pozdvihne organizmus. Pomáha tiež zvýšiť imunitu a vymaniť sa z únavného nedostatku energie a kolobehu chorôb a alergií, navyše dobre chutí. Farbou nálevu pripomína skôr čierne a vzhľadom zelené čaje. Niektorí ľudia sa zvyknú pýtať, či sa za stručným čísel-

ným názvom neskrýva genetická modifikácia. Nie, neskrýva. Čajové kríčky sa nemodifikujú, ale šľachtia starým, klasickým spôsobom. Semienka čajovníkov majú vysokú variabilitu, a preto nie je problém navzájom ich krížiť a vyšľachtit nové formy, ktoré

dokážu človeku pomôcť ku zdraviu prirodzenou cestou.

Cholesterol a čaje z divokých čajovníkov

O čínskom tmavom čaji Pu Erh, ktorý svojou vôňou pripomína čerstvú oráčinu, sa veľa hovorí

ako o ničiteľovi tukov. Je pravdou, že odborné výskumy potvrdili jeho úlohu pri znižovaní hladiny cholesterolu a pri odbúravaní tukového tkaniva a aj jeho oprávnené využívanie pri zoštíhľovacích kúrach. No chceli by sme poukázať na menej známu skupinu čajov tohto typu, na lisované čaje z divokých čajovníkov. Teda z čajových stromov, ktoré rastú na okrajoch subtropickej džungle v oblastiach, kde sa najstaršie stromy v prírode prirodzene vyskytujú. Horské etniká, ktoré sa čajom zaoberajú od nepamäti, zberajú i dnes púčiky a listy z niekoľko storočí starých stromov. Mohli by sme ich prirovnať k našim starým plánkam. Ich listy sa lisujú do okrúhlych placiiek nazývaných „čajové koláče“, aj keď rozhodne nejde o sladkosť. Sú príjemne horké a kvalitné druhy vynikajú typickou vôňou sušených sliviek. V ázijských odborných periodikách sa píše, že po zdravej ére zeleného čaju prichádza čas divokých čajovníkov.

Prekyslenie a čaj z bambusových listov

Popri klasickom čaji vynikajú účinkami i niektoré byliny. Blahodarným pôsobením sa vyznačujú mladé listy bambusov, ktoré sa na jar zberajú ručne v bambusových hájoch. Tradičná čínska medicína využíva ich

účinky už po stáročia a dnes ich skúmajú tímy odborníkov. Dôležité je, že čaj z listov a púčikov mladých bambusov má zásaditý charakter. Dokáže znížiť prekyslenie organizmu, a tým aj náchylnosť ku chorobám. Pomáha prečistiť vnútorné prostredie a pokožku, preto sa často používa nielen na prečistenie pórov pleti, ale pomáha aj v boji s hubovitými a plesňovými ochoreniami. Očistný čaj sa môže pripravovať z čistých bambusových lístkov alebo sa k nim môžu pridať ďalšie bylinky a koreniny. Je vhodný aj pre diabetikov.

Cukrovka a čaj z horkých tekvičiek

Ak máte problémy s vysokou hladinou cukru v krvi, môžeme vám poradiť výbornú bylinku. Pre diabetikov je najlepšou pomocou čaj z horkých tekvičiek po latinsky nazývaných Momordica charantia. Podľa vedeckých výskumov má vďaka vysokej koncentrácii horkých tekvičiek ostrov Okinawa najviac obyvateľov nad 100 rokov. Horkastý čaj upravuje metabolizmus, pomáha výrazne znížiť hladinu cukru v krvi.

Svet čajov je pestrý a siahnuť do tejto klenotnice prírody a zdravia sa rozhodne oplatí. Nie náhodou im dnešná veda venuje toľko pozornosti.

RNDR. ALENKA ONDEJČIKOVÁ

FOTO: SÚKR. ARCHÍV



INZERCIA ZV8009

ČAJOVŇA DOBRÝCH ĽUDÍ® ŠPECIALISTA NA ČAJE VYSOKEJ KVALITY

- letecký dovoz čajov priamo od producentov
- široký výber čajovej keramiky a čajových morí
- čaje pre znalcov a milovníkov kvality
- zážitková škola čaju, školenia pre čajovne
- čajový catering, čajové rituály
- špecializovaná predajňa a veľkoobchod
- profesionálne bonsajové centrum
- internetový obchod

ŠPECIALITA ČAJOVNE
ČAJOVÉ ČOKOLÁDY
SO ZELEŇM ČAJOM MATČA

ČAJE, KTORÉ MÔŽU POMÔCŤ
KATE-BENIFUKI ... alergie
ČAJE GABA ... mozog, imunita
TEA 001 ... životná sila
PU ERH ... očista, tuky
BAMBUS ... prekyslenie
MOMORDICA ... cukor
ČAJ MATČA ... dovážame 7 druhov

E-SHOP
www.e-tea.eu

Pozývame Vás na dobrý čaj!
BONSAI SLOVAKIA - ČAJOVŇA DOBRÝCH ĽUDÍ
Pri synagóge 3, (pešia zóna), NITRA
037 / 6522 582 tea@e-tea.sk