

Rodzaje herbat i metody ich przygotowywania

Herbata czarna

Otrzymywana jest w wyniku czterech procesów - wędnięcia, skręcania, fermentacji i suszenia. Czarną herbatę zwyczajowo dzieli się na następujące kategorie:

Pekoe, Orange Pekoe, Flowery Orange Pekoe - różne rodzaje małych liści z górnej części krzewu; według miłośników herbaty to one umożliwiają zaparzenie najlepszego napoju.

Broken Pekoe, Broken Orange Pekoe - jak wyżej; liście mechanicznie łamane podczas produkcji.

Souchong - duże liście herbaciane, zbierane z reguły z dolnej części krzewu.

Pył herbaciany - najgorszy rodzaj „surowca”. Używany do produkcji herbaty ekspresowej.

Najbardziej popularne gatunki czarnej herbaty: assam, yunnan, darjeeling, ceylon.



Herbata zielona

Herbata zielona powstaje z liści niepoddanych fermentacji - natychmiast po zerwaniu przeprowadzany jest proces suszenia. Dzięki temu przechowuje ona więcej cennych składników od czarnej herbaty lub ulunga. Jest też delikatniejsza w smaku od czarnych herbat.

Najbardziej popularne gatunki zielonej herbaty: gunpowder, longjing (lung ching), sencha.



Herbata biała

Powstaje z młodych pączków, które jeszcze nie zdążyły się rozwinąć. Zebranie takich pączków możliwe jest jedynie na wiosnę. Krzewy, z których powstać ma biała herbata, są czasami dodatkowo chronione przed słońcem - ma to zapobiec wykształceniu się chlorofilu. Pączki następnie wędną i są suszone. Herbata ta produkowana jest głównie w Chinach. Herbata biała ma odcień lekko srebrnawy, a po zaparzeniu ma kolor jasnośłomkowy. Jest to jeden z najdroższych rodzajów herbaty - ceny zależą od gatunku, niemniej w Polsce przeciętnie kosztuje ona od 30 zł do ponad 100 zł za 100 g.



Herbata żółta

Proces produkcji tej herbaty zbliżony jest w fazie początkowej do procesu wytwarzania herbaty białej, ale pozwala jej się na dłuższe schnięcie, co powoduje, że w smaku różni się w sposób istotny zarówno od białej jak i zielonej herbaty. Kolor naparu jest zielonkawo-żółty. Określeniem tym nazywano także herbaty serwowane na Dworze Cesarskim. Obecnie uznawane za najszlachetniejszy rodzaj herbat.



Herbata pu-erh (czerwona)

Herbata pu-erh jest herbatą czerwoną, która przechodzi dodatkowy proces fermentacji i leżakowania. Pochodzi z prowincji Yunnan w południowych Chinach. O ile herbatę pozostałych rodzajów przechowuje się nie dłużej niż rok, o tyle herbata pu-erh może leżeć nawet 50 lat. Jej charakterystyczną cechą jest bardzo silny zapach i smak. Uważana jest za herbatę mającą bardzo korzystny wpływ na zdrowie. Z tego względu np. w czasach dynastii Tang picie herbaty pu-erh było przywilejem cesarza.



Herbata ulung

Herbata ulung (oolong) często jest nazywana „niedofermentowaną” lub „półfermentowaną”. Produkowana jest w Chinach kontynentalnych i na Tajwanie. Zbiór liści odbywa się w ściśle określonym czasie. Zaraz po zebraniu, liście pozostawiane są na słońcu. Kiedy zwiędną, zbiera się je i wytrząsa w bambusowych koszach w celu obtarcia brzegów liści. Czynności te (wiednięcie i wytrzásanie) powtarza się kilkakrotnie na przemian, do momentu, kiedy liście zyskają kolor żółtawy. Wtedy poddaje się je lekkiej fermentacji, która stanowi 12-15% fermentacji zwykłej (lub też średniej fermentacji 40% w przypadku Tieguanyin) i procesowi palenia. Na Tajwanie proces fermentacji trwa dłużej: 50 do 60%.



Herbata yerba mate

Yerba mate to narodowy napój Argentyńczyków, Boliwijczyków, Urugwajczyków, Paragwajczyków i wielu Brazylijczyków. W Urugwaju pije się ją codziennie, o każdej porze i w każdym miejscu - do tego stopnia, że wielu Urugwajczyków nosi ze sobą na co dzień akcesoria do przyrządzania tej herbaty.

Herbata yerba mate jest przyrządzana z liści i gałązek ostrokrzewu paragwajskiego. Silny zapach rośliny objawia się także w naparze - aromat yerba mate można określić jako trawiasty i ziołowy, przez niektóre osoby nieco kojarzy się z herbatą zieloną.



Herbaty aromatyzowane

Herbaty aromatyzowane, zwane inaczej herbatami perfumowanymi, powstają przez mieszanie dodatkowych aromatów z liśćmi herbat - zielonej, czarnej, pu-erh, lub ulung. Czynność tę wykonuje się tuż przed pakowaniem, czyli po dokonaniu się wszystkich procesów związanych z produkcją herbaty. Najczęściej do herbat dodaje się płatki kwiatów (róży, jaśminu) lub owocowych esencji zapachowych (pomarańczowych i cytrynowych). Nie należy mylić herbat aromatyzowanych z naparami ziołowymi, zwanymi „herbatkami ziołowymi”, które nie powstają na bazie herbaty i nazwę herbata noszą nieśluszenie.

Najbardziej popularne gatunki herbat aromatyzowanych: Earl Grey, lapsang souchong.



Herbaty prasowane

Herbaty prasowane znane są od czasów panowania w Chinach dynastii Tang. Wytwarzano wtedy herbatę w formie twardych kulek, wystawiając liście pod działanie pary, następnie prasując je i dopiero wtedy poddając suszeniu. W takiej właśnie formie herbata dotarła do Japonii. Produkowane są z herbat należących do różnych gatunków. Do ich produkcji mogą być stosowane całe liście, liście łamane oraz pył herbaciany. Obecnie herbata jest prasowana hydraulicznie na kształt płytek, niewielkich kostek, kulek, gniazd lub miseczek.



Herbaty ziołowe

Herbaty ziołowe są często konsumowane z powodu ich właściwości zdrowotnych. Sporo herbat przyrządzanych z liści ziół oraz kwiatów charakteryzuje się jednak także bogatym smakiem i aromatem, dzięki czemu mogą być także pite na co dzień.

Popularną herbatą ziołową jest np:

herbata z melisy - głównie ze względu na działanie uspokajające

herbata miętowa - dobra na trawienie, uspokajająca oraz poprawiająca koncentrację

herbata z hibiskusa - obniżająca ciśnienie, regulująca poziom cholesterolu

herbata z pokrzywy - przy chorobach reumatycznych oraz dobra dla prostaty

herbata z żeń-szenia - dla koncentracji, pamięci i dla wzmocnienia sił witalnych organizmu



Herbaty owocowe

Herbaty owocowe przygotowywane są z suszu owocowego, często także z dodatkiem suszu kwiatowego. Prawdziwe herbaty owocowe nie zawierają w sobie liści herbaty. Jeżeli zawierają liście, wtedy określa się je mianem odpowiedniego rodzaju herbaty z dodatkiem (np. herbata zielona z cytryną czy herbata biała z maliną). Mieszanki owocowe zwykle zawierają suszone wiśnie lub maliny, płatki hibiskusa, dziką różę, porzeczkę czy skórkę cytryny.



Herbaty z krzewów i kory

Oprócz wymienionych wyżej herbat, na rynku istnieje jeszcze wiele innych rodzajów herbat, przygotowywanych np. z krzewów (rooibos i honeybush) czy z kory (np. lapacho). Popularniejsze z nich to np. herbata rooibos z czerwonokrzewu (bardzo popularna w RPA, gdzie właśnie uprawiany jest czerwonokrzew), herbata honeybush z miodokrzewu (gatunku spokrewnionego z czerwonokrzewem) oraz lapacho przyrządzana z kory drzewa gatunku *Tabebuja* pita głównie w Peru, Boliwii, Brazylii i Paragwaju.



Przede wszystkim na jakość parzonej herbaty wpływa jakość wody. Największy problem stanowi woda twarda, która sprawia, że napój nie jest zbyt smaczny. Zatem jeśli posiadamy taką możliwość, najlepiej wykorzystać wodę źródlaną, mineralną lub przefiltrowaną.

Czy zawsze zalewamy herbatę wrzątkiem? NIE! Wrzątek jest odpowiedni głównie do parzenia herbat czarnych. W przypadku innych herbat, chcąc zachować ich cenne związki, należy używać wody o niższej temperaturze (tabelka). Warto dla ułatwienia zapamiętać, że woda w 3-4 min po zagotowaniu osiąga 90°C, w 12-14 min spada do 75°C

Nie bez znaczenia jest także czas parzenia herbaty, który w zależności od jej rodzaju został tak dobrany, aby wydobyć to, co najlepsze z naszego napoju.

Parzenie powinno trwać ok. kilka minut, w zależności od przygotowywanego rodzaju, a następnie rozlewamy napar do kubków czy filiżanek. Ważne jest, aby oddzielić go od liści, ponieważ zbyt długie parzenie powoduje uwalnianie się substancji nadających naszemu napojowi goryczy. Niektóre gatunki herbat można parzyć dwa lub trzy razy. W przypadku herbaty zielonej, za każdym razem odnajdziemy jej inny smak i nieco inne właściwości: z pierwszego parzenia, trochę krótszego (2-3 minuty) uzyskamy napój pobudzający, natomiast z drugiego i trzeciego -uspokajający (wówczas parzymy od 3 do 8 minut).