

Temat : **NAPOJE BEZALKOHOLOWE GORĄCE - HERBATA**

**Polecenia do wykonania przez ucznia:**

1. zapoznanie się z materiałem
2. wykonanie notatki w zeszycie
3. wykonanie zadania domowego:

**Zadanie domowe**

1. Opisz co wpływa na jakość uzyskanego naparu herbacianego
2. Jakie jest działanie naparu herbacianego na organizm człowieka w zależności od długości czasu zaparzania?

Zdjęcie notatki i wykonane zadanie domowe proszę przesłać na adres [dyrektorradyarno@onet.pl](mailto:dyrektorradyarno@onet.pl)

**MATERIAŁ**

Używkami to substancje lub ich mieszaniny niezawierające składników odżywczych lub zawierające je w ilościach niemających znaczenia dla odżywiania organizmu ludzkiego. Są spożywane lub w inny sposób wprowadzane do organizmu ludzkiego ze względu na oddziaływanie fizjologiczne lub cechy sensoryczne.

Do najbardziej popularnych używek spożywanych w formie napojów należą napary herbaty, kawy, kakao.

Herbata są to przerobione w specjalny sposób młode liście i nierozwinięte pąki listków krzewu herbacianego, służące do otrzymywania naparu. Najczęściej produkuje się herbatę czarną i zieloną. Czarna jest poddana fermentacji, zielona jest herbatą niefermentowaną. W wyniku częściowej fermentacji uzyskuje się herbatę czerwoną - istniejącą w handlu pod międzynarodową nazwą Oolong, produkowaną głównie w Chinach.

**Klasyfikacja herbaty**

W zależności od **kraju pochodzenia** wyróżnia się herbaty: indyjskie, chińskie, cejlońskie i inne.

W zależności od **kolejności zebranych liści** wyróżnia się:

Tabela 17.4. Rodzaje herbaty liściastej [1]

Z całych liści		Z łamanych liści (liście mechanicznie łamane podczas produkcji)				Pył herbaciany
FOP	Flowerly Orange Pekoe	najmłodsze listki z nierozwiniętych pączków, pierwszy liść			bardzo dobre gatunki	najgorszy rodzaj surowca, używany do produkcji herbaty ekspresowej
GFOP	Golden Flowerly Orange Pekoe					
TGFOP	Tippy Golden Flowerly Orange Pekoe	delikatne pąki liścia				
OP	Orange Pekoe	drugi liść, długie, żyłaste liście	BOP	Broken Orange Pekoe	napar mocny	dobre gatunki
P	Pekoe	trzeci liść, krótkie, grube liście, często niedokładnie skręcone	BP	Broken Pekoe	napar słaby	gorsza jakość
PS	Pekoe Souchong	czwarty, piąty liść, duże liście	BPS	Broken Pekoe Souchong		najgorsza jakość

W zależności **od formy liścia** wyróżnia się herbaty:

- liściaste - całe listki i pąki liściowe;
- łamane - o różnym stopniu rozdrobnienia.

W zależności **od sposobu obróbki** herbaty dzieli się na:

- białe - otrzymywane z młodych wiosennych pączków liściowych, poddanych ogrzewaniu parą wodną, a następnie suszeniu;
- zielone - niefermentowane;
- czerwone i żółte - lekko fermentowane;
- czarne - pozyskiwane z liści poddanych pełnej fermentacji.

### **Otrzymywanie herbat fermentowanych**

Obróbka liści herbacianych obejmuje następujące etapy:

- wędnięcie liści - polega na traktowaniu zebranych liści ciepłym powietrzem o temp. około 50°C, liście tracą 30-40% wody, stają się miękkie i podatne na zwijanie;
- skręcanie liści - odbywa się w specjalnych maszynach, zgniatających i zwijających, tak aby wydobywał się sok;
- fermentacja - trwa do 4 godzin, podczas tego procesu tworzą się i uwalniają związki wpływające na smak, zapach oraz barwę herbaty czarnej;
- suszenie - polega na przedmuchiwanii herbaty powietrzem o temperaturze 85-88°C, następuje usunięcie wody do zawartości 3% oraz zahamowanie fermentacji;
- sortowanie i krojenie - herbaty liściaste sortuje się w zależności od wielkości liści, w przypadku herbat łamanych przed sortowaniem przeprowadza się krojenie;
- pakowanie.

### **Otrzymywanie herbaty zielonej**

Herbaty zielone nie są poddawane procesowi fermentacji. Liście herbaty poddaje się wędnięciu, a następnie mocno podgrzewa na parze wodnej, która niszczy enzymy. Stąd liście zachowują barwę oliwkowozieloną. Po odparowaniu wody liście poddaje się lekkiemu zwijaniu (skręcaniu), a następnie suszeniu, sortowaniu i pakowaniu.

W obrocie handlowym spotyka się herbaty liściaste, ekspresowe, prasowane, aromatyzowane oraz wyroby herbatopodobne.

**Herbaty ekspresowe** (pył herbaciany) to miazga zmielone liście, aromatyzowane, pakowane jednoporcjowo w wiskozowe torebki. Służą do bezpośredniego zaparzenia.

**Herbaty prasowane** (w postaci brykietów) sporządza się przez sprasowanie pod ciśnieniem listków herbaty różnej jakości - od okruchów herbacianych do grubych liści, a nawet gałązek. Brykiety te mogą mieć kształt tafelek, cegiełek, walców, kulek, tarczki. Bywają mniej lub bardziej wyszukane (np. **jaskółcze gniazda**) i osiągają masę od 100 czy 250 g do ponad 2,5 kg.

**Herbaty aromatyzowane** to herbaty czarnej niskiej jakości, spryskiwane roślinnymi olejkami eterycznymi lub mieszane z suszonymi kwiatami, kawałkami owoców, skórką lub łupinami.

### **Rodzaje herbat aromatyzowanych:**

- herbaty z naturalnymi aromatami, np. olejkiem lawendowym, bergamotowym-dzika pomarańcza (Earl Grey), cynamonem i imbirem;
- herbaty z aromatem identycznym z naturalnym, np. waniliowym, cytrynowym;
- herbaty o smaku "dymnym".

**Wyroby herbatopodobne** to herbatki ziołowe lub owocowe.

Jakość herbaty określa się, oceniając wygląd liści przed i po zaparzeniu oraz barwę, moc, smak i aromat naparu.

Barwa naparów zależy od czasu trwania fermentacji:

- herbata czarna - brunatnobrązowy,
- herbata czerwona - jasnobrunatny,

- herbata żółta - ciemnosłomkowy,
- herbata zielona - cytrynowożółty lub słomkowy,
- herbata biała - jasnosłomkowy.

Tabela 17.5. Rodzaje herbat

Rodzaj	Region produkcji	Surowiec	Etapy produkcji	Cechy liści	Cechy naparu
biała 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chiny</li> </ul>	pączki liści	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wędnięcie</li> <li>• suszenie naturalne</li> </ul>	srebrny odcień, widoczne delikatne włoski	barwa jasnosłomkowa, delikatny smak i aromat; większa zawartość teiny
zielona 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chiny</li> <li>• Japonia</li> </ul>	liście	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wędnięcie</li> <li>• zwijanie</li> <li>• suszenie w wysokiej temperaturze</li> <li>• cięcie</li> </ul>	zielony kolor *	barwa od jasnozielonej do ciemnooliwkowej
żółta 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chiny</li> <li>• Tajwan</li> </ul>	młode listki wraz z nierozwiniętymi pączkami	<ul style="list-style-type: none"> <li>• fermentacja częściowa</li> </ul>	ciemne, o odcieniu zielonkawym, żółtawym na wewnętrznej stronie słabo zwiniętego liścia	barwa bursztynowa, smak delikatny
czerwona 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Chiny</li> <li>• Tajwan</li> </ul>	wszystkie liście	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wędnięcie</li> <li>• potrząsanie</li> <li>• fermentacja częściowa</li> <li>• suszenie</li> </ul>	brzegi i koniuszki o czerwonym odcieniu	mocny, drażniący smak, barwa bladoczerwona
czarna 	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Indie</li> <li>• Chiny</li> <li>• Kenia</li> <li>• Sri Lanka</li> </ul>	różne liście, w zależności od rodzaju herbaty (tab. 17.5)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wędnięcie</li> <li>• zwijanie</li> <li>• fermentacja</li> <li>• suszenie</li> </ul>	czarne	barwa ciemnobrązowa

Jako opakowanie herbaty stosuje się torebki pergaminowe lub woreczki z folii, a następnie kartoniki tekturowe i puszki blaszane. Herbatę należy przechowywać w pomieszczeniach suchych i nie w bezpośredniej bliskości produktów wydzielających intensywny zapach.

Herbata, czyli napar herbaciany, to napój uzyskiwany przez zaparzenie wrzącą wodą liści i pączków krzewu herbacianego.

#### Aby uzyskać dobry napar, należy:

- wyparzyć wrzącą wodą lub w inny sposób podgrzać czajniczek przeznaczony do parzenia,
- wsypać odważoną ilość herbaty, licząc 2 g na jedną porcję,
- zalać niewielką ilością wrzącej wody (wyłącznie świeżo zagotowanej) i pozostawić pod przykryciem 5-8 minut w temperaturze bliskiej 100°C,
- dodać wrzącej wody i porcjować.

W zakładach gastronomicznych najczęściej zaparza się herbatę z torebek ekspresowych.

#### Dodatki do herbaty

Podstawowym dodatkiem do herbaty jest cukier (20 g), oprócz cukru podaje się słodzik. Jeśli to możliwe, można podać kilka rodzajów cukru: cukier kryształ lub kostki, z trzciny cukrowej w kryształkach lub bryłkach. Cukiernicę stawia się na talerzyku. Jeśli cukiernica ma metalową podstawkę albo jest na nóżkach, stawia się ją bezpośrednio na stole, a łyżeczkę wkłada do środka. Jeśli w pokrywie nie ma wycięcia na łyżeczkę, kładzie się ją na talerzyku. Do cukru w kostkach podaje się szczypcę.

### **Jako dodatki do herbaty można także podawać:**

- cytrynę (10 g),
- mleko (100 cm<sup>3</sup>),
- mleko zagęszczone (50 cm<sup>3</sup>),
- śmietankę (25 cm<sup>3</sup>),
- rum (25 cm<sup>3</sup>),
- konfitury lub dżem (30 g).

### **Sposoby podawania herbaty**

Herbatę podaje się w filiżankach o pojemności 200 ml. Filiżanki do herbaty są większe niż do kawy i nieco rozszerzają się ku górze. Herbatę z rumem albo z sokiem malinowym można podać w specjalnej szklance z uchem, służącej do napojów gorących, albo w szklance tradycyjnej, w koszyczku z uchwytem.

Herbatę sypką można zaparzyć w dzbanku i w nim podać na stół. Można także zaparzyć esencję, podać ją w czajniczku, a gorącą wodę w oddzielnym dzbanku.

Dzięki temu konsument może przyrządzić sobie herbatę taką, jak lubi. Dzbanki i czajniczki stawia się zawsze na podstawkach.

**Herbata po angielsku** to napój z gorącym mlekiem. W czajniczku przygotowuje się napar herbaciany, do dzbanuszka wlewa się gorące mleko. Do wygrzanej filiżanki nalewa się około 1/4 gorącego mleka, dopełniając filiżankę gorącym naparem.

**Należy zawsze wlewać herbatę do mleka a nie odwrotnie gdyż pogarsza to smak i aromat napoju**

**Herbatę ekspresową** można podawać w różny sposób:

#### **I sposób**

Kelner ustawia na stole kolejno:

1. filiżankę na spodku (podstawce) - przed gościem, uszkiem zwróconym w prawą stronę,
2. dzbanuszek z wrzącą wodą - po prawej stronie,
3. spodek z saszetką herbaty ekspresowej w opakowaniu oraz dodatki - poniżej dzbanka.

Gość sam nalewa sobie wrzątek i zaparza herbatę, przerywając proces parzenia zgodnie ze swoimi upodobaniami, a użytą saszetkę odkłada na talerzyk.

#### **II sposób**

Kelner ustawia na stole kolejno:

1. wygrzaną filiżankę z łyżeczką na spodku - przed gościem, uszkiem zwróconym w prawą stronę,
2. dzbanuszek z wrzątkiem, w którym znajduje się saszetka z herbatą - po prawej stronie,
3. poniżej dzbanka - dodatki.

W skład nakrycia wchodzi talerzyk na saszetkę, aby gość miał możliwość odłożenia jej po naciągnięciu herbaty.

**Herbatę po rosyjsku** podaje się w szklance z metalowym uchwytem ustawionej na spodku metalowym lub porcelanowym. Czajniczek z esencją powinien stać na samowarze, w którym jest wrząca woda. Konsument może sam sobie nalewać esencję i wrzątek. Dodatkami do herbaty po rosyjsku są konfitury oraz rum. Obecnie w zakładach gastronomicznych herbatą po rosyjsku nazywa się każdą herbatę podawaną z tymi dodatkami.



**Samowar do parzenia herbaty po rosyjsku**

**Herbata po chińsku** Chińczycy - zgodnie ze swoim narodowym zwyczajem - zaparzają herbatę nie w czajniczku, lecz w specjalnej czarce z przykrywką. Czarka ma pojemność 150-200 cm<sup>3</sup>. Do czarki wsypuje się 4 g suchej herbaty i zalewa ją wrzątkiem. Po wypiciu 3/4 zawartości pozostałość zalewa się ponownie wrzącą wodą. Herbatę wysokiej jakości można zalewać 2-, 3- lub 4-krotnie. Czas parzenia nie przekracza zazwyczaj 2 min. Tradycyjną herbatę po chińsku pije się gorącą, małykami łykami, bez cukru ani innych przypraw. Jednak w Chinach używa się też prasowanych herbat czarnych o cierpkim naparze z dodatkiem imbiru, kardamonu, cynamonu (łącznie lub z każdą przyprawą osobno) lub pije herbatę z migdałami

**Herbata po japońsku** W Japonii pije się przede wszystkim herbatę zieloną i żółtą. Żółtą herbatę zaparza się po chińsku. Zieloną natomiast najczęściej rozciera się przed zaparzeniem w specjalnych moździerzach na proszek i zalewa wrzątkiem. Parzy się ją w odpowiednich - uprzednio nagranych - porcelanowych czajniczkach o kulistym kształcie i pojemności 0,5-1l. Czas zaparzania nie przekracza 2-4 min, co zapewnia maksymalne stężenie aromatu. Tak zaparzoną herbatę o bladej żółty zabarwieniu nalewa się do małych filiżanek. Pije się ją bez cukru ani innych dodatków małykami łykami, bardzo powoli. Jest to swego rodzaju aperitif, spożywany w trakcie każdego posiłku i po nim, w ilości, co najmniej kilkunastu filiżanek dziennie.

**Herbata po wiedeńsku** To herbata podawana w dwóch dzbankach: jeden z wrzątkiem, a drugi z naparem. Kelner przygotowuje filiżankę na spodku z łyżeczką i cytryną.

**Herbata po marokańsku** Herbatę po marokańsku parzy się w srebrnych lub emaliowanych imbrykach i nalewa do niewielkich szklanek z wysoka - tak, aby napar się spenił. Herbatę zalewa się w imbryku i natychmiast odlewa wywar, dodaje świeżą miętę i ponownie zalewa herbatę wodą. Następnie dodaje się cukier, uprzednio rozpuszczony w niewielkiej ilości naparu. Parzenie trwa 4-5 min.