

JUODOJI ARBATA

Juodoji arbata yra arbatos rūšis, kurią gaminant, oksidacijos procesas yra ilgesnis už kitas rūšis – žaliają, batają ir Ulong. Visos šios rūšys gaminamos iš kininio arbatmedžio krūmo lapų.



Laikoma, kad juodoji arbata yra stipresnė ir joje yra daugiau kofeino nei kitų rūšių arbatoje. Kinų kalboje juodosios arbatos pavadinimas reiškia „raudonąją arbatą“, pagal, jau padarytos arbatos spalvą. Žalioji arbata išlaiko savo skonį iki metų, o juodoji gali neprarasti savo skonio kelerius metus. Būtent dėl šios savybės juodoji arbata buvo naudojama mainuose. O XIX a. buvo naudojama kaip de facto valiuta Mongolijoje, Tibete ir Sibire. Grynoje juodoje arbatoje yra nedidelis kiekis kalorijų, riebalų, natrio ir baltymų.



Didžiausiai arbatos smaguriais Europoje laikomi anglai. Jų tradicijos puoselėjamos jau ne vieną šimtmetį. Statistika byloja, kad statistinis britas per metus suvartoja 2.5 kilogramo arbatžolių. Seniau arbatą galėjo gerti tik karaliai ir turtuoliai. Ji buvo laikoma prabangiose užrakinamose dėžutėse. Tradicinė angliška – juodoji arbata. Ji patiekama su pienu ir cukrumi.



Gerkite arbatą ir likite sveiki.