

Pu-Erh

Pu-erh jest herbata czerwona – częściowo fermentowana, w odróżnieniu od herbaty czarnej – fermentowanej i zielonej – niefermentowanej. Proces obróbki tej herbaty jest bardzo skomplikowany i długotrwały. Najmłodsza Pu-erh dojrzewa 5 lat, najlepszy i najdroższy do 60 lat. Pierwotnie służyła jako lekarstwo, w formie wywaru i masek, przeciw bólowi reumatycznym i była wyłącznie napojem cesarzy. Znana w Chinach od dawna ze swoich właściwości zdrowotnych. *Camelia sinensis* – roślina, której liście używane są do produkcji herbaty zawiera dużo różnych związków biologicznie czynnych, takich jak garbniki, alkaloidy, flawonoidy, aminokwasy, pierwiastki śladowe (wapń, magnez, żelazo, cynk, mangan, miedź, selen) oraz witaminę E. Związki flawonoidowe uszczelniają i wzmacniają ściany naczyń krwionośnych, zapobiegają krwawieniom, a także są pomocne w leczeniu miażdżycy. Posiadają one właściwości moczopędne, poprawiają krążenie krwi w naczyniach wienicowych, obniżają ciśnienie, rozkurczają mięśnie gładkie naczyń krwionośnych i przewodów żłciowych. Ponadto flawonoidy wykazują właściwości przeciwutleniające, a także odtruwające – wiążą i kompleksują metale i toksyny. Pu-erh reguluje przemianę materii i wspomaga pracę wątroby (np. przyspiesza obniżanie poziomu alkoholu we krwi). Zawarte w herbacie Pu-erh związki wpływają na metabolizm tłuszczowy, zmniejszając ilość tłuszczu w tkance podskórnej. Stąd znana jest głównie jako herbata odchudzająca. Osoby z dużą nadwagą, pijąc regularnie herbatę Pu-erh w ilości od 3 do 5 filiżanek dziennie, mogą stracić w ciągu miesiąca od 3,2 do 10,8 kg wagi. Dawkowanie suszu: - 1 czubata łyżeczka na filiżankę; - zalewac wodą o temp 90st.C lub wrzątkiem. Czynność tę można powtórzyć zalewając 2-3 razy te same liście bez utraty wartości odżywczych i smakowych, gdyż pierwsze parzenie nie uwalnia całej taniny i cennych związków mineralnych. Zalecane jest picie Pu-erh po jedzeniu, najlepiej bez cukru, ponieważ cukier neutralizuje większość jej właściwości. Czas naciągania: od 3 do 5 minut Uwaga: Nie zaleca się picie tej herbaty kobietom w ciąży i karmiącym piersią !



Zobacz ten produkt na naszej stronie internetowej:

<http://herbata-sklep.pl/pu-erh,p147.html>

Kontakt do nas: biuro@herbata-sklep.pl



Zobacz także:

- Exotic
- Rooibos Khalaharii
- Imbirowo-Miodowa
- Arabica Galapagos Organic
- Wisniowy Sad
- Grapefruit

- Tutti Frutti
- Lemon
- Grzane Wino
- Yunnan Green