Green Plantation

ZDARMA KE STAŽENÍ

Průvodce přípravou čaje

Teploty, množství a doby louhování pro všechny druhy čaje

Stejný čaj může chutnat sladce, nebo hořce. Rozhoduje teplota vody, množství lístků a doba louhování. Tabulka níže je výchozí bod, podle chuti ji pak upravte.

Tabulka přípravy (na 250 ml vody)

Druh čaje	Množství	Teplota vody	Doba louhování	Další nálevy
Bílý čaj	2–3 g (2 lžičky)	75–85 °C	2–4 min	2–3×
Zelený čaj čínský	2–3 g (1 lžička)	75–80 °C	2–3 min	2–3×
Zelený čaj japonský (sencha)	2–3 g	70–80 °C	1–2 min	2–3×
Gyokuro	3–4 g	50–60 °C	2 min	2–3×
Matcha	1–2 g na 70 ml	70–80 °C	našlehat 15–20 s	–
Oolong	3–5 g	85–95 °C	2–4 min	3–5×
Černý čaj	2–3 g (1 lžička)	95–100 °C	3–5 min	1–2×
Pu-erh	3–5 g	95–100 °C	2–4 min (nejdřív opláchnout 10 s)	4× a více
Rooibos a honeybush	2–3 g	100 °C	5–8 min	1–2×
Bylinný čaj (listy, květy)	2–3 g	100 °C	5–10 min	1×
Ovocný čaj	3–4 g	100 °C	8–10 min	1×
Maté	3–5 g	70–80 °C	3–5 min	3× a více

Lžička sypaného čaje váží podle druhu 1,5–3 g. Objemné čaje (bílý, některé oolongy, bylinky) odměřujte vrchovatou lžičkou, svinuté kuličky (gunpowder, oolong) zarovnanou.

Jak poznat teplotu bez teploměru

- Vodu přiveďte k varu a nechte ji odstát v konvici s otevřeným víkem.
- Po 2–3 minutách má zhruba 85–90 °C, po 5–6 minutách zhruba 75–80 °C. Záleží na množství vody a materiálu konvice, berte to jako orientaci.
- Rychlejší cesta: přilijte k vroucí vodě studenou. Poměr 4 díly vroucí a 1 díl studené dá zhruba 80 °C.
- Varné konvice s nastavením teploty jsou pro zelený a bílý čaj nejpohodlnější řešení.

Voda dělá polovinu chuti

- Používejte čerstvou, ideálně filtrovanou vodu. Velmi tvrdá voda tvoří na čaji film a tlumí chuť.
- Vodu nevařte opakovaně. Převařená voda ztrácí kyslík a čaj pak chutná plošší.
- Konvici nebo hrnek předehřejte horkou vodou, louhování pak probíhá rovnoměrně.

Nejčastější chyby

Problém	Příčina	Řešení
Zelený čaj je hořký a svíravý	příliš horká voda nebo dlouhé louhování	snížit teplotu na 70–80 °C, zkrátit čas
Čaj je slabý a vodový	málo lístků nebo krátké louhování	přidat lístky, ne čas (dlouhé louhování přidá hořkost)
Černý čaj je trpký	louhování přes 5 minut	lístky po uplynutí času vyjmout
Bylinný čaj nemá vůni	voda nedosáhla varu nebo chybí poklička	zalít vroucí vodou a přikrýt

Skladování

- Čaj uchovávejte v suchu, temnu a v uzavřené nádobě, odděleně od koření a kávy, protože snadno nasává pachy.
- Zelené a bílé čaje jsou nejcitlivější, po otevření je spotřebujte nejlépe do několika měsíců.
- Černé čaje, oolongy a bylinné směsi vydrží déle. Pu-erh se dá skladovat i roky, potřebuje ale vzduch a stálou teplotu.

> Kofein: černý, zelený, bílý čaj, oolong, pu-erh, matcha a maté kofein obsahují. Rooibos, honeybush, ovocné a většina bylinných čajů jsou bez kofeinu.

Hodnoty jsou orientační a vycházejí z běžné praxe přípravy čaje. U konkrétního čaje se řiďte také doporučením na obalu.
Další návody a zdroje zdarma najdete na www.greenplantation.eu