

# linea diretta

APRILE 2014

## **IL LOCALE DEL MESE**

**La Cascina delle Rose  
sapori autentici**

## **CONFRATERNITE ENOGASTRONOMICHE**

**Il Sovrano e Nobilissimo Ordine  
dell'Amarone e del Recioto**

## **TENDENZE**

**Le meraviglie  
del tè**

## **TECNOLOGIE**

**Comfort in ogni stagione  
con i nuovi condizionatori**

## **SPECIALE FUORI CASA**

**Al ristorante trionfa  
il Made in Italy**

## **BUON'ITALIA**

**Basilico genovese Dop, profumo di Liguria**



## LE MERAVIGLIE DEL TÈ

*Isidoro Desio*

SEMBRA FACILE FARE UN TÈ. EPPURE GLI INTENDITORI SANNO QUANTO SIA IMPORTANTE OGNI FASE DI QUESTO RITO MILLENARIO, DALLA TEMPERATURA DELL'ACQUA ALLA SCELTA DELLA TEIERA E, NATURALMENTE, DELLE DIVERSE VARIETÀ





**D**opo l'acqua, il tè è la bevanda più bevuta al mondo e una delle più antiche. Le sue origini vengono fatte risalire alla Cina di oltre 5.000 anni fa ma le sue modalità di consumo si sono sviluppate in tre fasi.

Dapprima se ne masticavano le foglie, poi, scoprendone le proprietà salutistiche, venne utilizzato per applicazioni medicamentose e, infine, si cominciò a berlo. Naturalmente, su come divenne bevanda quasi universale sono fiorite numerose leggende, tra cui la più diffusa è quella attribuita all'imperatore Chen Nung. Si narra che attorno al 2700 a.c. questo monarca che diede grande impulso all'agricoltura, non bevvesse altro che acqua bollita, imponendo ai sudditi questa abitudine. Un giorno, mentre riposava all'ombra di un albero selvatico di tè, alcune foglie caddero nella pentola dove stava bollendo dell'acqua che assunse in breve un bel colore dorato. Curioso, l'imperatore assaggiò e, dopo aver bevuto, provò un piacevole senso di benessere al punto che volle diffondere



la coltivazione di quella pianta benefica.

Miti a parte, sotto la dinastia Tang (VII-X secolo d.C.) il tè veniva ormai coltivato in gran parte della Cina, macinato e poi bollito senza aggiunta di altri ingredienti, come d'uso fino ad allora, eccetto un po' di sale. Dall'epoca Ming (XIV- XVII d.C.) si cominciò a consumarlo come infuso di sole foglie. Intanto, la sua diffusione aveva già raggiunto Giappone e Corea prima e Medio Oriente dopo.

In Europa comparve agli inizi del 1600, introdotto dai mercanti portoghesi e olandesi.

Dall'Olanda il tè raggiunse l'Inghil-



terra e contagiò talmente i britannici da farlo assurgere a bevanda nazionale. Cominciarono a commerciarlo direttamente con la Cina, facendo la fortuna della Compagnia Britannica delle Indie Orientali, e a coltivarlo in India e in Sri Lanka.

Da allora il tè si diffuse in tutta Europa e negli Stati Uniti.

Oggi, la *Camelia sinensis*, come fu catalogata dal naturalista svedese Carlo Linneo, nelle sue molte varietà, viene prodotta principalmente nell'Assam (India), in Cina e poi a seguire, Giappone, Sri Lanka, Indonesia, Sudafrica, Kenia, Uganda.

Nel mondo si producono annualmente oltre 30 milioni di quintali di tè, la gran parte provenienti dall'Asia.

### IL BENESSERE CON IL TÈ

La complessità varietale, le simbologie, le qualità terapeutiche e le ritualità culturali del tè sono ben



### COME SI PREPARA

- Lavare il tè prima dell'infusione se la varietà lo richiede
- Porre il tè sfuso nella teiera adatta alla varietà scelta
- Versare l'acqua da una certa altezza in modo da miscelare bene le foglie
- Scaldare l'acqua fino a ebollizione (lasciare bollire tre volte), spegnere la fiamma e, se necessario, lasciare raffreddare fino alla temperatura richiesta
- Prestare attenzione ai diversi tempi di infusione che cambiano secondo le varietà
- Di norma è possibile realizzare due o tre infusioni. Anche nelle infusioni successive prestare attenzione alla temperatura dell'acqua e al tempo
- Dopo l'infusione, trasferire il tè in una seconda teiera, quindi versarlo nella tazza da distanza molto ravvicinata in modo da preservare gli importanti componenti benefici
- Bere sempre il tè caldo. Freddo, perde gusto ed efficacia



esposte nel libro *Il benessere con il tè*, di Runjin Wu ed Erika Alice Haase, edito da Tecniche Nuove (120 pagine - 14,90 euro). Gli autori, il primo è medico tradizionale cinese, la seconda è specializzata in medicina complementare al Politecnico di Zurigo, entrambi residenti in Germania, ci conducono in un affascinante viaggio alla scoperta del mondo che ruota attorno a questa bevanda. Muovendo da informazioni gene-

rali su produzione, qualità, raccolta e conservazione del tè, si entra nello specifico dei suoi rapporti con la medicina tradizionale cinese.

Sommariamente, l'antica sapienza cinese ha elaborato la teoria che ogni mutamento è determinato da un'energia che muove tutti i processi vitali chiamata Qi (si pronuncia Ci), condizionata dal mantenersi in equilibrio delle due forze fondamentali contrapposte di ogni unità che compone l'universo e dunque l'uomo: lo Yin e lo Yang. L'eccesso o la carenza di una delle due provoca squilibri



nell'organismo.

Anche il tè non sfugge alla regola e abbiamo dei tè Yin e altri Yang classificati in base all'effetto termico e ai cinque sapori riferiti ai cinque organi principali (fegato, cuore, milza-stomaco, polmoni, reni).

Si scopre, nel capitolo dedicato alle teiere, quanto questo accessorio sia importante e articolato: i materiali, la pulizia, le tazze, le modalità di utilizzo e, anche qui, la classificazione Yin e Yang. L'acqua è fondamentale, deve avere particolari caratteristiche ed essere bollita secondo regole precise. E ancora, la descrizione della complessa fase di preparazione per poi giungere alla panoramica sui vari tipi di tè (verde, bianco, giallo, rosso, nero, tè Oolong, tè ai fiori, tè alle erbe) analizzate in profondità. Infine, un capitoletto dedicato all'affascinante cerimonia cinese del tè.

Insomma, sembra facile farsi un tè. Questo interessante libro ha il pregio di appassionare chi apprezza questa bevanda e vuole conoscerla meglio anche sotto altri aspetti legati a una cultura millenaria che molto ancora ha da trasmetterci oggi.

### I SEGRETI DEL TÈ

Il tè è un arbusto sempreverde appartenente alla famiglia delle Teacee, originario dell'Asia e intensamente coltivato nell'Assam (India), in Cina e poi a seguire, Giappone, Sri Lanka, Indonesia, Sudafrica, Kenia, Uganda. Le foglie, lunghe da 1 a 7 cm, vengono raccolte quattro volte all'anno. Possono essere immerse qualche minuto in acqua bollente e poi disseccate su lastre di ferro riscaldate, assumendo così la caratteristica forma arricciata (tè verde). Spesso questa essiccazione viene fatta semplicemente al sole. Se si fa subire alle foglie un'incipiente fermentazione, si ottiene il tè nero, di gusto più delicato e di sapore meno astringente.

I tè profumati sono ottenuti aggiungendo alla preparazione fiori aromatici, come la rosa canina o il gelsomino. Le principali varietà botaniche sono la cinese, a foglie piccole, e l'assamica, a foglie più larghe. Numerosissimi, invece, sono i tipi commerciali che, nella vecchia tradizione cinese, arrivano a oltre 180.

I principi attivi del tè sono costituiti da due alcaloidi affini (caffaina e teofillina), da resine e oli essenziali. Non deve essere consumato né troppo vecchio né troppo giovane, perché allora perde l'aroma.