

ЗАГАДОЧНЫЙ МИР ПУЭРА

Сегодня речь пойдет о нашем любимом чае. Пуэр – самый невероятный из всех китайских чаев! Пуэр – это даже не чай, это целое направление в чайной культуре Китая. Пуэр – это многовековая легенда. Это религия! У этого чая многомиллионная армия поклонников по всему миру, во всех уголках земного шара. В России Пуэр является однозначно самым любимым и самым популярным видом китайского чая. В чем причина? Во вкусе? В аромате? В истории и легендах, окружающих этот чай? В традициях и особенностях производства? Наверное, во всем вместе. И первым образом этот чай пьют из-за его полезных свойств. Очень важно сказать, что Пуэры бывают двух принципиально различных видов. Это светлые Шен Пуэры и темные Шу Пуэры. Это две разные школы. Два разных цвета. Два разных аромата и вкуса. И две совершенно разные технологии производства. Светлые Шен Пуэры прекрасны по-своему, а темные Шу Пуэры – по-своему. Возраст пуэра также важен: чем старше чай, тем он дороже. Но вернемся к полезным свойствам этого напитка. Как мы уже написали, за счет полезных свойств чай пуэр стал одним из самых популярных в мире. Его тонизирующие и бодрящие свойства могут сравниться с хорошим кофе, несмотря на то, что кофеина в нем совсем немножко. Прежде всего чай Пуэр нужен:

Для памяти и внимания. Специалисты считают, что чай пуэр способен держать организм в тонусе на протяжении долгого рабочего дня. А если пить этот полезный напиток постоянно, о здоровье можно не беспокоиться. Людям умственного труда будет полезно включить чай пуэр в число своих любимых напитков. Хорошая работоспособность будет обеспечена.

Для похудения. Для желающих похудеть, это прекрасное и очень действенное средство. Благодаря способности сжигать лишний жир чай пуэр способен сделать фигуру стройной и привлекательной за сравнительно небольшое время. К тому же он выводит шлаки и токсины из организма, что способствует общему оздоровлению и омоложению.

Для печени. Полезные свойства этого чая включают тщательную чистку печени. Печень как никакой другой орган накапливает в себе отходы, попадающие с пищей. Несложно догадаться, на что похожа печень среднестатистического зрелого человека и сколько вредных веществ она содержит. Замечательный чай пуэр помогает печени вывести весь накопившийся мусор из организма. **Уже за одно это его можно возвести в ранг самых полезных напитков.**

Для сердца и сосудов. Людям, страдающим гипертонией, которая отрицательно влияет на мышление, рекомендуется пить такой чай постоянно, чтобы их жизнь стала более полноценной, была насыщена светлыми мыслями и адекватными действиями. Ученые заметили еще одну полезную способность – снижать вредный холестерин, что играет существенную роль в лечении гипертонии. В сущности, для гипертоников чай пуэр – прекрасная альтернатива лекарственным препаратам.

Другие лечебные свойства пуэра. Этот китайский чай **полезен больным диабетом**, поскольку значительно снижает уровень сахара в крови. **Из сильного опьянения человека может вывести все тот же чай.** Для этого нужно как можно чаще поить больного пуэром вплоть до полного отрезвления. Людям, страдающим язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки, чай пуэр не противопоказан, а наоборот очень полезен. Благодаря своим лечебным свойствам данный напиток может успешно лечить воспалительные процессы в ЖКТ. **Завоевав популярность во многих странах, чай пуэр стал законодателем в области элитных напитков и свое первенство вряд ли уступит какому-либо другому чаю.** По крайней мере, в ближайшем будущем.

В России же помимо вышеназванных качеств чая, люди заинтересованы и в таком необычном эффекте пуэра как якобы возникающее опьянение. «Знатоки» выискивают способы заваривания пуэра, чтобы достичь этого опьянения. Кто-то советует заваривать пуэр слишком крепко — т.е. делать из него настой сродни «чифиру». Однако, наличие эффекта опьянения от употребления пуэра не доказано! Даже если опьянение от китайского чая действительно возникает, думаю не стоит специально стремиться к этому. Ведь **огромный список полезных свойств чая, заваренного правильно и выпитого для оздоровления организма, гораздо важнее, чем возможное опьянение.** Помните об этом, заваривая чай.