

# ЧАЙ УЛУН - БОРЬБА С ЛИШНИМ ВЕСОМ

Продолжая знакомство с чайной культурой, предлагаем сегодня остановиться на улуне. Этот воистину уникальный чай еще называют “бирюзовым”. Название чая “Улун” или “оолонг”, как говорят европейцы, переводится как “черный дракон”. Этот напиток служит панацеей от большого количества недугов, обладает омолаживающим эффектом и может помочь избавиться от лишнего веса. Улун - полуперментированный чайный напиток, который сохраняет аромат зеленого чая, давая при этом вкус свойственный скорее красному чаю.

Качественный чай улун перепутать с другими видами чая невозможно, поскольку он обладает рядом весьма специфических характеристик и свойств. Самые лучшие улунуны отличаются насыщенным цветочным ароматом и великолепным персиковым привкусом. Цвет заваренного чая колеблется от темно-красного до бледно-нефритового.

Производителями улунунов считаются Тайвань и Китай. Экспортируется не более нескольких десятков разновидностей чая, который пользуется невероятной популярностью из-за превосходного вкуса и многочисленных целебных свойств. Полезных элементов входящих в состав напитка более четырехсот.

Улуны очень благотворно воздействуют на организм. Всего одна чашка ароматного напитка избавит от последствий солнечного удара, рези в желудке и головной боли. Если пить этот напиток каждый день, то шансы заработать атеросклероз существенно снизятся.

Соединения полифенолов, которыми богат Улун, расщепляют и выводят жиры из организма. Поэтому напиток употребляют как средство для похудения.

Кроме того, чай отлично утоляет жажду, поднимает настроение, укрепляет зубы. Из всех сортов чая лишь улун может расслаблять при стрессах.

В Улунах содержится немалое количество танина, по своим качествам напоминающего кофеин. В противовес кофеину он не повышает давление, а вот бодрит точно так же. По подтвержденным лабораторно-клиническими исследованиями данным, промежуточные продукты распада танинов в чае способствуют образованию в клетках ацетилхолина, при недостатке которого человек теряет концентрацию и способность запоминать новую информацию. Чай Улун на организм воздействует избирательно. Из предложенного набора химических элементов организм в индивидуальном порядке забирает то, чего ему не хватает. Этот напиток могут пить люди, страдающие повышенным артериальным давлением не нанося ущерба здоровью.

Польза улунуна для человека - несомненна. Многовековые традиции употребления чая в Китае убедили многих, в пользу чая Улун. Одним из самых ценных его свойств является противораковая активность. Полифенолы содержащиеся в листьях Улуна многократно снижают активность раковых клеток. В одном из исследований описан случай, когда регулярный прием чая привел к гибели клеток рака, находящихся в желудке. Кроме этого чай улучшает пищеварение, активизирует работу пищеварительного тракта.

Каждый может найти подходящий ему по темпераменту, настроению и по состоянию здоровья улун. Лучший и самый приятный способ выбрать свой чай – это все-таки его попробовать вместе с семьей и друзьями.

Выбирайте только качественный чай. И приятного Вам чаепития!