



Может ли
зеленый
чай быть
энергетиком?

Чай не пьешь -
откуда силу
возьмешь?

ПОСЛОВИЦА

НЧОУ «СОШ-ИНТЕРНАТ
«ФК «КРАСНОДАР»

ПРОЕКТ
ВЫПОЛНИЛ:
ОБУЧАЮЩИЙСЯ
9 «А» КЛАССА
БОГДАНЕЦ КИРИЛЛ



Подготовка

✓ Вода

Для хорошего чая нужна мягкая вода. Подготовьте мягкую бутилированную воду из магазина или очистите дома с помощью специальных фильтров.

✓ Чайник

Прогревают его залив кипятком на несколько секунд. Лучше всего заваривать зеленый чай в глиняном чайнике. Также можно использовать фарфоровый, фаянсовый или стеклянный.

✓ Кипяток

Сначала нужно довести воду до кипения, но не кипятить — она должна быть 95°C. Снимаем с огня и даем чайнику немного остыть, примерно до 75°C.



Приятного чаепития!

Рецепт

Шаг 1

Чистой сухой ложкой насыпаем чайные листья в чайник, заливаем горячей водой и сразу её сливаем. Ополоснули листочки.

Шаг 2

Наливаем в чайник нужное количество воды — на чайную ложку сухой заварки наливают неполный стакан воды.

Шаг 3

Закрываем крышкой и даём чаю настояться. Обычное время — от 30 секунд до 3 минут.

Шаг 4

Теперь можно разливать по чашкам. Если вы готовили напиток для нескольких человек, то разливать нужно по кругу. Чтобы у всех получился равномерный по насыщенности чай.