

Chás – gelados, terapêuticos e perfumados...



Por isso não se acanhe! Escolha seu sabor, sua necessidade e mergulhe fundo nesse universo refrescante.

Dependendo do sabor e da planta, ele pode servir para: refrescar (**hortelã**), digerir (**erva doce**), estimular (**preto**), relaxar (**camomila**) – só para citar alguns...

Refresco que faz bem – no verão, o chá apresenta outra vantagem: pode ser bebido gelado sem que nenhuma de suas

qualidades sejam alteradas. Aí, o visual da bandeja adquire um ar muito mais festivo e colorido em contraponto a sobriedade dos jogos de porcelana usados para servi-lo quente.

Veja algumas dicas para que, ao servir ou tomar chá você aproveite muito mais a suavidade de cada um, desfrutando plenamente suas qualidades e não caindo em algumas armadilhas comuns.

Chá também tem ponto! – para não amargar ou mesmo anular seu perfume, é preciso mergulhar o sachê (ou uma medida da erva) por *não mais de 2 minutos na água fervendo e retirá-lo em seguida*. Desta forma o sabor se desprende mas não se altera.

Aliás, o segredo de qualquer chá realmente gostoso é a suavidade. Até mesmo para os mais fortes, sutileza é a palavra de ordem .

0 chá: de preferência puro – o açúcar altera o sabor e adoçantes tendem a amargar a bebida que, por ser suave e natural não resiste a esse tipo de química. No caso dos chás gelados, o mais indicado são copos altos que comportem, – apenas quando muito necessário e uma ou duas unidades – pedras de gelo.

Uma dica para quem quer se refrescar com chás geladinhos: use dois sachês para cada copo. ***E sempre prepare no dia***, não deixe a bebida pronta em jarras de véspera na geladeira. Faça, deixe esfriar *fora* e depois no refrigerador e, ao colocar no copo, não acrescente mais do que duas pedras de gelo em cada xícara para não diluir demais o sabor

Finalmente, não hesite em experimentar sabores diferentes. Hoje há as mais variadas misturas de ervas no mercado; com **coco, amêndoas, cerejas, papoulas...** Por que não?

Você vai se surpreender como uma bebida que, até pouco tempo atrás era considerada apenas para acalmar os aflitos ou reconfortar doentes, pode ser um estimulante, refrescante e

requintado em sua mesa.

