

Chá: no copo ou na xícara – sempre uma boa ideia



Em parte graças a qualidade da bebida – que hoje é industrializada com muito mais cuidado e requinte e também porque as pessoas finalmente se convenceram das qualidades terapêuticas dos chás.

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

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 por *não mais de 2 minutos na água fervendo e retirá-lo em seguida*. Desta forma o sabor se desprende, mas não chega a ficar forte demais. Aliás, o segredo de qualquer chá realmente gostoso é a suavidade. Até mesmo para os mais fortes, sutileza é a palavra de ordem .

O chá deve ser tomado de preferência puro: açúcar altera o

sabor e adoçantes tendem a amargar a bebida que, por ser suave e natural, não resiste a esse tipo de química. Além do mais, se estiver feito “no ponto” não haverá necessidade de um ou outro. O sabor em si, será mais do que suficiente. Também não é o caso de acrescentar leite (nem um pouquinho) pelos mesmos motivos.

Xícara ou caneca? Se quiser ser elegante, definitivamente, xícaras. Os modelos podem variar conforme o estado de espírito e a quantidade de chá que se deseja tomar. Há as menores e mais delicadas para chás mais fortes e as maiores indicadas para os mais suaves que podem ser tomados em quantidade.

As canecas são usadas para grandes porções de chá quando queremos desfrutá-lo sozinhos ou em companhia de alguém mais íntimo com as pernas para cima assistindo algum filme.

Chás gelados – o mais indicado são copos altos que comportem – apenas quando muito necessário – pedras de gelo (uma ou duas).

Uma dica: o chá quente, requer apenas *um* sachê como medida. Já quem quer se refrescar com chás geladinhos deve usar dois para cada copo. ***E fazê-lo na hora***, não deixando o chá pronto 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 divertido e requintado em sua mesa.

