Vilnius, 2022 m. balandžio 14 d.

**Menkutė klaida, kuri sugadins gėrimo skonį: kokios temperatūros vandeniu reikia užpilti arbatą?**

**Arbata yra mėgstamiausias gėrimas milijonams žmonių visame pasaulyje. Nepaisant greito arbatos paruošimo būdo ir unikalių aromatų įvairovės, daugelis čia daro grubias klaidas, kurios neleidžia mėgautis tikru gėrimo skoniu. Tikriausiai susimąstėte, ar patys nedarote šių klaidų, tiesa? Atsakykite į „Lidl“ prekybos tinklo užduodamą klausimą – ar žinote, kokios temperatūros vandeniu reikia užpilti arbatos puodelį?**

Norėdami kuo greičiau mėgautis karšto arbatos gėrimo puodeliu, neretas arbatos pakelį arba žiupsnį arbatos lapelių skuba užpilti dar verdančiu vandeniu iš arbatinio. Nors tai garantuoja giliai sušildantį ir garuojantį gėrimą, tokiu būdu arbatos lapeliai yra nuplikomi bei „miršta“ taip ir nespėję atskleisti visų savo skonio savybių. Be to, verdantis vanduo suteikia arbatai blausų ir silpną skonį.

Šios neteisingos praktikos niekada neišvysime tekančios saulės šalyje – Japonijoje, kur rašytiniuose šaltiniuose arbatos gėrimo ceremonijos minimos dar IX a. Meistrai ir entuziastai arbatos ceremonijas suvokia kaip ypatingą dvasinę praktiką, kurios metu padrikusias mintis turi pakeisti susikaupimas, o skubėjimą – kantrybė.

Siekdamas pirkėjus paskatinti arbatą gerti atsakingai ir teisingai, prekybos tinklas „Lidl“ dalijasi arbatos ruošimo patarimais, padėsiančiais atrasti tikrą arbatos skonį ir galią.

**Žinokite, kokią arbatą renkatės**

Svarbiausiu teisingo arbatos puodelio elementu nėra pats indelis, kuriame užpilate arbatą – čia dar svarbiau kokybiški arbatos lapeliai ir jų rūšis. Ekspertai teigia, kad iš vieno arbatos augalo galima išgauti net šešių skirtingų poskonių arbatą: žaliąją, juodąją, baltąją, geltonąją, tamsiąją ir Ulongo.

Visos kitos arbatų rūšys ir skoniai yra išgaunami arbatos lapelius maišant su kitomis džiovintomis žolelėmis ar prieskoniais. Neretai arbatos lapelių visai atsisakoma, pabrėžia „Lidl“ – jie yra pakeičiami džiovintais ar šviežiais vaisiais, uogomis, tinkamais vartoti maistui gėlių žiedlapiais ir kt.

Kadangi skirtumai tarp šešių pagrindinių arbatos rūšių atsiranda dėl skirtingo lapelių oksidacijos lygio ir arbatos apdorojimo po šviežių lapelių nuskynimo, natūraliai skiriasi ir vandens temperatūra, kuria pritinka užpilti konkrečią arbatos rūšį.

**Būti tiksliu – verta**

Pavyzdžiui, žaliosios arbatos niekuomet negalima užpilti verdančiu vandeniu – jo temperatūra turėtų svyruoti tarp 75-80°C. Užpildami žaliosios arbatos lapelius kiek vėsesniu vandeniu pasigaminsite japoniškąją šios arbatos variaciją, kiek karštesniu – kiniškąją. Taip pat reikia bent kelias minutes palaukti, kad arbatos lapeliai pilnai išsikleistų – naudojant karštesnį vandenį reikėtų laukti apie 4 min., vėsesnį – apie 1-2 minutes.

„Lidl“ atkreipia dėmesį, kad panašios temperatūros vandeniu turėtų būti užpilama ir baltoji bei geltonoji arbatos. Juodąją ar žolelių arbatą užpilkite verdančiu vandeniu, Ulongo – 82-87°C temperatūros vandeniu, tamsiosios arbatos lapeliai įprastai užpilami 93-98°C temperatūros vandeniu.

Jeigu norėsite visuomet mėgautis tobulu arbatos puodeliu, kartu su savimi turėsite turėti ir vandens temperatūrą matuojantį termometrą. Visgi, arbatos gėrimo ekspertai pasakoja, kad tikslią vandens temperatūrą taip pat galima nuspėti vadovaujantis vandens burbuliukų dydžiu.

Žaliąją arbatą vandeniu reikėtų užpilti tuomet, kai burbuliukai savo dydžiu primena nedideles krabų akis, Ulongo arbatai tinkantis kiek karštesnis vanduo bus tada, kai burbuliukai pasieks žuvies akių dydį. Na, jeigu norite mėgautis itin karšta juodąją arbata, palaukite, kol vanduo pradės burbuliuoti ir įpykusio drakono akys.

**Šaltoji arbata – ar įmanoma?**

Nors karštas vanduo, aišku, lemia stipresnį arbatos skonį ir ryškesnę jos spalvą, kas gali būti išties naudinga geriant arbatą su pienu, mėgavimuisi tam tikromis arbatų rūšimis verdančio vandens net nereikia. Šiltuoju metų laikotarpiui itin populiaru gerti šaltu vandeniu plikytą kavą, o šiam gėrimui iš paskos į mėgstamiausiųjų Olimpą atskuba ir šaltu vandeniu plikyta arbata.

Paruošti šaltu vandeniu plikytą arbatą užtrunka gerokai daugiau laiko – priklausomai nuo naudojamų arbatos lapelių, arbatos paruošimo procesas gali trukti nuo 6 iki 16 valandų ar net ilgiau. Lyginant su karštu vandeniu plikoma arbata, šaltas vanduo arbatai suteikia daug subtilesnį ir malonesnį skonį, pasakoja „Lidl“.

Be to, karštu vandeniu užplikomos ir vėliau paliekamos atvėsti arbatos skonis yra per daug išraiškingas ir nemalonus, mat tokiu atveju greičiau išsiskiria arbatos lapeliuose esantis kofeinas. Dėl to ruošiant šaltos arbatos ąsočius su ledu patariama naudoti tik šaltu vandeniu plikytą arbatą – jos skonis suteiks daugiau vasariškos gaivos ir taip pasiilgto lengvumo.

**Daugiau informacijos:**

Dovilė Ibianskaitė

Korporatyvinių reikalų ir komunikacijos departamentas

UAB „Lidl Lietuva“

Tel. +370 66 560 568

[dovile.ibianskaite@lidl.lt](mailto:dovile.ibianskaite@lidl.lt)