



## Letní čajové osvěžení

### Studený ovocný čajový výluh, aneb není čaj jako čaj 😊

Čistý ovocný čaj na rozdíl od černého či zeleného případně bílého čaje neobsahuje tein, ani kofein.

Je paradoxem, že ovocný a bylinný čaj vlastně není čajem v pravém slova smyslu - neobsahuje listy čajovníku a tak se vlastně ve skutečnosti jedná o ovocný či bylinný výluh. Ovšem z hlediska pozitivního prospěchu pro organismus, variací možných chutí, barev a vůní je ovocný či bylinný čaj nepřekonatelný.

Už v době Rakousko-Uherské monarchie byl u nás populární ovocný či bylinný čaj, případně jejich kombinace. Tyto čaje - nečaje jsou i dnes spotřebiteli upřednostňovány před černým a zeleným čajem. Jejich podíl prodeje je stále více jak 50t-i procentní.

Jsou dokonce i ovocné čaje, které jsou nejen kombinovány s chutí bylin, ale **dají se i luhovat za studena**. Je to tak jednoduché, zalijí se prostě jen studenou vodou a nechají se minimálně 10 min luhovat. Čajový sáček se nemusí z vody vyndávat, jelikož se zde neuvolňují žádné nežádoucí třísloviny či látky, které by výluh znehodnocovaly, naopak se nápoj stává plnější s výraznější lahodnou chutí.

Navíc se nedoslazují, protože ovocná složka má příjemnou nasládlou chuť. Vzniká tak jedinečný, zdravý prospěšný studený výluh, většinou i s velmi výraznou, přesto jemnou chutí a cenově velmi dostupný.

Takovéto čaje dnes už nabízí někteří producenti nejen v malých retailových sáčkích o obsahu (většinou 2g – 2,5 g), ale i v GASTRO balení – sáčkích o obsahu 100 g určených pro hromadné stravování, vhodných pro přípravu 10 litrů nápoje.

Z hlediska stravování je vhodný pro celodenní pitný režim, nezatěžující organismus, prakticky bez obsahu přidaných cukrů, teinu, kofeinu či jiných nežádoucích látek.

*Více informací:*

1. [www.gardentea.cz](http://www.gardentea.cz)
2. [www.dranacatering.cz](http://www.dranacatering.cz)

*Jiří Luňák*