

8

Theewetjes

Weetjes
van
Marcel



1

Hoe wordt thee gemaakt?



Het wordt gemaakt van de blaadjes van de theeplant *Camellia Sinensis*, het zijn de verse theeblaadjes die binnen 8-12 uur versneld verwelkt, gesneden worden. door de gesneden blaadjes een paar uur aan de lucht bloot te stellen, oxideren en fermenteren ze.



Hieraan dankt de zwarte thee de donkere kleur en rijke smaak.

Bij groene thee verhit (stoomt/roostert) men de blaadjes direct zodat ze mooi groen blijven. De smaak van de gestoomde groene thee is licht en fris.



2

De historie van thee.



De exacte datum van de eerste consumptie van thee is niet met zekerheid vast te stellen, maar volgens een Chinese legende werd thee ontdekt in 2737 v.Chr. door keizer Shen Nong. Tijdens het koken van water zouden er per ongeluk theebladeren in zijn pot zijn gevallen, wat resulteerde in een aromatische drank die hij vervolgens proefde.



Historisch gezien is de eerste schriftelijke vermelding van thee te vinden in een Chinees woordenboek uit 350 na Christus. Aanvankelijk werd thee voornamelijk gebruikt voor medicinale doeleinden. Pas in de Tang-dynastie (618-907 na Christus) werd het drinken van thee wijdverbreid en ontwikkelde het zich tot de nationale drank van China.



In de 16e eeuw maakten de eerste Europeanen kennis met thee. Vanaf de 17e eeuw begonnen ze thee te importeren vanuit China, Japan en Taiwan. In 1610 brachten Nederlandse handelaren de eerste kleine vracht thee naar Europa.



Hoewel de exacte datum van de eerste kop thee onbekend is, wijzen zowel legendes als historische bronnen op een oorsprong in China, duizenden jaren geleden.



3

Wist je dat...



Thee na water de meest gedronken drank ter wereld is.



Thee die alleen bestaat uit kruiden wordt een infusie genoemd en geen thee



Thee staat in de schijf van 5



Thee bevat de helft minder cafeïne (theïne) dan koffie



Thee heeft een langere energieboog dan koffie



4

Soorten thee qua oxidatieproces

1: Witte thee: minimaal oxidatieproces, na het plukken worden de blaadjes aan de lucht gedroogd waardoor er een minimaal oxidatieproces optreed



2: Groene thee: groene thee heeft 0-10% oxidatieproces. De blaadjes worden direct verhit en blijven dan ook mooi groen



3: Oolong thee: deze thee zit tussen groene en zwarte thee in qua oxidatieproces; 10-75% oxidatie



4: Zwarte thee: deze thee heeft een 100% oxidatieproces.



5

Het perfecte kopje thee



Gebruik een KOUDE glas en hang het theezakje/buideltje erin en giet er vervolgens heet water op. Hoe zuiverder het water hoe beter de smaak van de thee. De gemiddelde trektijd is 2-3 minuten. Voor infusies is dit langer.



Ga niet 'hengelen' met je zakje thee want dan krijg je alleen de kleurstof mee en niet de smaak! Heb geduld voor het lekkerste resultaat.



Hoe kan je de melk op de juiste manier door de thee heen mengen?
De Engelsen doen dit op de 'six-twelve' manier. Dit betekent dat je het lepeltje van onderaan je kopje via de bodem naar bovenaan je kopje doet (six-twelve). Op deze manier komt de melk het beste in aanraking met de thee.



6

Hoe lang laat je thee trekken (steeping)



Hoe lang je de thee laat trekken, maakt een groot verschil in smaak. Volg de aanbevolen trektijd op de verpakking, maar gebruik dit als een richtlijn:

Groene thee: 2-3 minuten.

Zwarte thee: 3-5 minuten.

Witte thee: 2-4 minuten.

Oolong thee: 3-5 minuten.

Kruidenthee: 5-7 minuten.



Te lang trekken kan de thee bitter maken,
vooral bij groene thee.



7

Waterkwaliteit en temperatuur

Het type water dat je gebruikt, kan veel verschil maken.
Gebruik bij voorkeur gefilterd of zacht water voor een zuiverdere smaak.



Elke theesoort heeft zijn eigen ideale temperatuur:

Groene en witte thee:

70-80°C (te heet water kan een bittere smaak geven).

Zwarte thee:

90-95°C.

Oolong thee:

85-90°C.

Kruidenthee:

95-100°C (om alle smaken goed te laten vrijkomen).



8

Kies je thee op basis van je stemming of het moment van de dag.



Zwarte thee (zoals Earl Grey) bevat bijvoorbeeld wat meer cafeïne (theïne) en is ideaal voor 's ochtends of halverwege de middag.



Kruidenthee zonder cafeïne (theïne) is een fijne keuze voor 's avonds.

