

# Czy na pewno pijesz prawdziwą herbatę?

Kawa czy herbata? To pytanie słyszał każdy, kto jeszcze 30 lat temu szedł do cioci na imieniny. \* Ciocia przynosiła szklankę w metalowym koszyczku i – w zależności od wyboru gościa – na stole pojawiała się czarna „fusiara” lub **prawdziwa** herbata\*\*. Czy to znaczy, że teraz pijesz fałszywą? I tak, i nie.

## Ile tych herbat! O gatunkach bursztynowego napoju

Kiedy teraz idziesz w gości, też pojawia się pytanie „Kawa czy herbata?”. Jeśli Twój wybór padnie na kawę, wyliczanka trwa całkiem krótko: z ekspresu (espresso, duża, mała), parzona czy rozpuszczalna, z mlekiem czy bez, a może cappuccino. Natomiast z herbatą sprawa nie jest taka prosta i w dużej mierze zależy od tego, czy gospodarz jest jej wielbicielem. Wyobraź sobie jego szafkę w kuchni i zaglądnij do niej.

### 1. Klasyczna czarna – sypana

Klasyczna herbata sypana to na przykład Earl Grey lub Ceylon (Tobie też kojarzy się z angielską arystokracją, odgiętym od filiżanki paluszkciem i chińską porcelaną?). Jej amatorzy przykładają dużą wagę do zaparzania – wszelkie czajniczki, z siteczkami lub bez, filiżanki, czarki czy ulubione kubki (auć – narażasz się konserwatystom) mile widziane. Pięknym rytuałem możesz sprawić, że spotkanie towarzyskie zyska na atrakcyjności. O tym wie każda dziewczynka, która zaprasza swoje lalki na herbatkę. Rytuał próbowano zabić, wprowadzając herbatę w torebkach (era Liptona). Na szczęście nie wszyscy ludzie dali się przekonać, że wygoda jest najważniejsza.

#### Dodatki do czarnej herbatki

W tradycyjnych polskich domach smak herbaty zabija się lub wzbogaca (w zależności od upodobań, tradycji i jakości produktu) plastrem cytryny, sokiem malinowym lub po angielsku mlekiem (tzw. bawarka).

Oczywiście odmian czarnych herbat sypanych jest znacznie więcej. A dlaczego nazywa się je **prawdziwą** herbatą? Czytaj dalej.

### 2. Herbaty „kolorowe” – też **prawdziwe**

*Szukamy ciepła nawet w kubku z gorącą herbatą, w zaparowanych oknach, bo tak bardzo tęsknimy za ciepłą duszą...*

Tadeusz Różewicz

Zielona herbata bezsprzecznie podbiła świat delikatnym, słomianym smakiem. Także walory zdrowotne (m.in. korzystnie wpływa na serce, pomaga w odchudzaniu, walczy z komórkami

nowotworowymi) przyczyniły się do jej popularności w wielu domach. Uwaga! Możesz się zdziwić, jak u cioci usłyszysz:

– Mam tylko zieloną. Może być?

Nie mówiąc o tym, że w obrębie tego gatunku herbaty znajduje się ponad 30 odmian. A wiele z nich producenci urozmaicają dodatkami: przyprawami, aromatami lub kwiatami. Istny szzał!

Herbata zielona króluje wśród tych kolorowych, ale smakosze na niej nie poprzestają. Do wyboru mają:

- ekskluzywną białą (jedna z najdroższych),
- szlachetną żółtą (według legendy mógł ją pić tylko cesarz na dworze chińskim),
- czerwoną pu-erh (ulubienica odchudzających się),
- niebieską ulung (zwana smoczą, coś dla niezdecydowanych, czy wolą herbatę zieloną czy czarną).

Do wyboru, do koloru! Delektuj się w zależności od nastroju.

*Weź filiżankę do ręki. Zamknij oczy. Pij spokojnie i skupiaj się tylko na smaku herbaty. Zostaw w spokoju wszelkie myśli przychodzące do głowy. Zostaw dźwięki. Zostaw obrazy. Twoja uwaga jest skupiona na smaku herbaty. Smakuj herbatę powoli. Otwórz oczy, jak wypijesz ostatni łyk.*

Bernard Fruga, *ISRIKUZ Pogodne przywództwo*

Czajnik to naczynie do gotowania wody na herbatę, ale przecież na co dzień ludzie nie piją czaju\*, tylko herbatę, to dlaczego wody nie gotuje się w herbatniku\*\*?  
\*'czaj' przetrwał w gwarze więziennej jako bardzo mocna, pobudzająca, czarna herbata,  
\*\*w gwarze poznańskiej gotuje się wodę w herbatniku (tylko jak w takim razie mówi się tam o popularnych do herbaty ciasteczkach?)

I już? Ale jak to? A co z całą resztą herbat? No właśnie – zbliżam się do sedna, czyli do... naparów.

**Herbaty nieprawdziwe**, czyli napary ziołowe, kwiatowe, owocowe

*Oczywiście, nie była to żadna herbata (bo skąd niby Gizela miałaby ją wziąć), tylko pyszny napar z lipowych kwiatków, pomieszanych z kawałeczkami suszonej skórki jabłka. Było to prawie słodkie i kiedy człowiek napił się takiej herbaty, robiło mu się gorąco i wesoło.*

Małgorzata Musierowicz, *Kalamburka*

Po co pić napary zamiast prawdziwej herbaty, skoro na półkach sklepowych jest taki wybór? Zobacz rozmaite powody:

- bieda – może za dużo powiedziane, ale dobra **prawdziwa** herbata potrafi sporo kosztować,

- ogród – bogactwo ziół i kwiatów stwarza nieograniczone możliwości naparów (u mnie rządzi melisa, mięta i nagietki),
- walory zdrowotne – lipa pomoże przy przeziębieniu, imbir sprawi, że się rozgrzejesz, melisa uspokoi nerwy, pokrzywa wzmocni itd.,
- smak – nie każdy lubi herbatę czarną, nawet zieloną nie każdy lubi (wiem – SZOK!), są tacy, co tylko herbatkę(!) owocową wypiją,
- bliskość z naturą – miłośnicy życia zgodnego z naturą i dawnymi obyczajami (czyli więdźmy) są wierni temu, co daje ziemia, las, łąka,
- patriotyzm – po co pić cudze, jak się ma własne,
- urozmaicenie – jeśli lubisz pić dużo ciepłego (a ileż można łykać kawę i herbatę na zmianę), to pewnie należysz do tej grupy (Dasz znać w komentarzu?).

## Prawie koniec, czyli o nazwie ‘herbata’

Fakt jest taki, że tylko herbaty, które oznaczyłam jako prawdziwe, powinno się (nie znaczy to, że trzeba) tak określać. Wiążę się to ściśle z rośliną, z której pozyskiwane są liście. Każda prawdziwa herbata pochodzi z krzewu o miękkiej nazwie *Camellia sinensis*, a rodzaje zależą od:

- regionu geograficznego, w jakim kamelia rośnie,
- tego, z której części krzewu i w jaki sposób zbiera się liście lub pączki,
- procesu fermentacji.

Herba (zióło) + ta (herbata) = herbata (herbata ziołowa!)

Końcówka ‘ta’ to spolszczona ‘herbata’ właśnie: chińskie ‘chá’, angielskie ‘tea’, niemieckie ‘Tee’, rosyjskie ‘čaj’.

Gdzie tu logika? W aptekarskiej nabożności, z jaką traktowano herbatę, która z Francji do Polski trafiła w 1664 roku. Początkowo była uważana za roślinę leczniczą, czyli zióło. Podkreślająca pochodzenie łacińska nazwa ‘thea’ przyczyniła się do powstania słowa ‘herbata’.

### Naczynia do parzenia herbaty:

czajnik (z rosyjskiego ‘czaj’)  
 sagan (z tureckiego ‘sagan’)  
 imbryk (z arabskiego ‘ebrek’)

## Wnioski, czyli dlaczego według mnie napar możesz nazwać herbatą

Skoro już w samej nazwie pojawia się niekonsekwencja, to dlaczego miałbyś się trzymać zasady, że herbata to tylko napar z rośliny *Camellia sinensis*?

Przecież herbatę i napar:

– zaparzasz podobnie,

- chwalisz ze względu na działanie zdrowotne (uwaga na ilość),
- pijesz zwykle na gorąco,
- słodzisz lub nie,
- traktujesz jako poczęstunek dla gości,
- popijasz do śniadania,
- zalewasz wodą w dzbanku, szklance, kubku lub filiżance.

Jeżeli przeznaczenie, wygląd i działanie herbaty i naparu ziołowego/kwiatowego/owocowego są takie same, to równie dobrze mogą się tak samo nazywać. Zwykle i tak każdy uściśla, o jaki rodzaj herbaty chodzi. **Fachowe nazwy zostaw botanikom, w kuchni i salonie pij to, co Ci smakuje.**

- *Czyli świat się kończy? To chcesz powiedzieć?*
  - *Dobry wniosek – odparł Rime.*
  - *Tak. W takim razie pozostaje nam tylko jedno. [...]*
  - *Co takiego?*
  - *Zaparzyć herbatę.*
- Siri Pettersen, *Evna*

Jaka jest Twoja ulubiona herbata? W czym lubisz ją pić? Masz jakieś rytuały dotyczące parzenia? Podziel się w komentarzu.

\*Jeśli tego nie pamiętasz, ciesz się – to świadczy o Twoim młodym wieku. Ja też taka stara nie jestem – 30 lat temu byłam za młoda na kawę, więc wybór dotyczył moich rodziców.

\*\*Z prawdziwością mogła mieć niewiele wspólnego (najprawdopodobniej był to pył herbaciany), chyba że ciocia dostawała paczki z Ameryki albo miała znajomości w PEWEX-ie.