



VIVIKA VESKI

## Teede, eriti aga rohelse tee tervendavat toimet on tuntud juba aastatuhandeid. Aja jooksul on teed üha rohkem hakatud jooma ka lihtsalt maitse pärast.

Tee on maailma üks vanemaid jooke. Lisaks selle tervendavale mõjule armastasid budistlikud mungad teed peamiselt sellepärast, et jook aitas neil pingutust nõudvate meditatsiooniseansside ajal virge püsida.

■ **Antioksidandid** on looduslikud ained, mis on tuntud keharakke vabade radikaalide eest kaitsva toime poolest. Uuringud on näidanud, et roheline tee on immuunsüsteemi jaoks eriti kasulik.

■ **Assam** on India osariik. Assami tee sobib neile, kes naudivad erksavärvilist ja kanget teed.

■ **Darjeeling** on teeistanduste piirkond Himaalaja jalamil. Darjeelingi teed on tänu selle peenele ja õrnale maitsele hakatud kutsuma teemaailma šampanjaks.

■ **Earl Grey** on aromaadne must tee, mille hulka on segatud bergamotiõli (teatava tsitrusvilja õli).

■ **Käsitsi korjamine** on protsess, mille käigus korjatakse käsitsi ülemised kaks-kolm lehte ja õis. See osa taimest sisaldab kõige rohkem antioksidante.

■ **Kääritamine.** Seda terminit kasutatakse harilikult seoses musta tee töötlemisega. Keemiline reaktsioon, mis selle protsessi käigus toimub, on tegelikult

oksüdeerumine. Rohelist teed ei kääritata, seetõttu säilib selle roheline värv.

### ■ **Lehtede kvaliteediklass.**

Töödeldava tee lehe suuruse alusel tehakse vahet neljal põhilisel kvaliteediklassil: terved teeled, purunenud teeled, teepuru ja teetolm. Lehe kvaliteediklass määrab nii tee värvi, kanguse kui ka maitse. Mida kõrgem on lehe kvaliteediklass, seda kauem peab tee tõmbama.

■ **Mate** teed valmistatakse Lõuna-Ameerikas kasvava pöosa kofeiini sisaldavatest lehtedest. On eriti populaarne Brasiilias, Argentinas, Paraguays ja Uruguays.

■ **Must tee** on enim joodud tee maailmas, moodustades kogu tarbitud teest umbes 80%.

■ **Närtsitamine** on protsess, mille käigus laotatakse rohelist lehte õhukese kihina laiali ja närtsitatakse kas õhu käes või protsessi kiirendamiseks kuumas õhus. See kõrvaldab lehtedest vee ning muudab need painduvaks ja pehmeks.

■ **Oolongtee** on musta ja rohelse tee vahepealne jook. Teelehti kääritatakse (oksüdeeritakse) ainult osaliselt, mille tagajärjel need tõmbuvad rohekaspruuniks.

■ **Orange Pekoe tee** ei ole apelsinimaitsega (orange tähendab inglise keeles apelsini), vaid see nimi tähistab tee kvaliteediklassi. Väga kõrge kvaliteediga tee, mis sisaldab suuri lehetükke või isegi terveid lehti.

■ **Rooibos ehk punapöösatee.** Seda teed valmistatakse kadakasarnase pöosa nõeljustest lehtedest. See paljude Aafrika rahvaste rahvusjook on magus, värskendav ja kofeiinivaba.

■ **Rulli purustamine.** Rullimismasinast väljuvad teeled suurte kõverdunud tükkidena, mis seejärel jääda traatsõela või rullipurustaja abil lõ-

hutakse. Peen lehepuru, mis läbi sõela langeb, viiakse kääritusruumi, jättesdam lehepuru aga läbib veel kord rullimise.

■ **Rullimine.** Pärast närtsitamist lastakse rohelist tee lehti läbi rullimismasinaga. Selle protsessi käigus lehed purunevad ning neist vabanevad mahlad, mis annavad teele iseloomuliku maitse. Kokkupuude õhuga käivitab tee lehtedes esimese olulise keemilise protsessi – algab eeterlike õlide moodustumine.

■ **Saagikoristus.** Traditsioonilistes teepiirkondades korjatakse teed käsitsi kindlate ajavahemike, näiteks 10–14 päeva tagant, kasutades erilist korjemeetodit “kaks lehte ja üks õis”. Uuemates teeistandustes kasutatakse mehhaanilist saagikoristust, kuid see ei võimalda niimoodi valida.

■ **Teetüübid.** Olenevalt töötlemise viisist ja kääritusastmest jagatakse tee valgeks, rohelisteks, oolong- ja mustaks teeks. Teesortide tohtu valik tuleneb aga suurest hulgast eri kasvupiirkondadest, võimalusest teesid omavahel segada ning samuti kvaliteedierinevustest. Lisaks teatakse punapöösate, mate-, taime- ja puuviljateesid.

■ **Teiin (kofeiin).** Teest leitud kofeiini nimetati alguses teiiniks. Tegu on siiski sama ainega, mida kohvi sisaldab.

■ **Tootmine.** Tee kasvab troopilistes ja subtroopilistes piirkondades, kus on palju päikest ja sademeid. Eriti hästi kasvab teetaim 1500–2000 meetri kõrgusel üle merepinna. Kuna teetaimed ei talu vettinud mulda ning eelistavad kasvada hästi õhutatud mullas, rajatakse istandused sageli mäenõlvadele.

■ **Töötlemine.** Traditsioonilised teetöötlemise etapid on olnud läbi aegade samad: korjamine, närtsitamine, niisutamine, röstimine, rullimine, kääritamine, kuivatamine, sorteerimine ja pakendamine. Lisaks on olemas ka nn CTC-meetod (ingl k *crushing, tearing, curling* – purustamine, rebimine, rullimine), mis võimaldab tänapäeval toota suuri teekoguseid lühikese ajaga.

■ **Valge tee** on saanud oma nime saagikoristamise ajal õisi katvate hõbedaste ebemetega, mis tee kuivades valgeks muutuvad. Noored lehed ja õied korjatakse vahetult enne õite täielikku avanemist ning neil ei lasta üldse oksüdeeruda. Valge tee sisaldab teetüüpidest kõige rohkem polüfenoole – tugevaid antioksidante, mis kaitsevad keharakkusid.

Allikas: Nestea “5000 aastat naudingut teejoomisest. Sõnastik A-st Z-ni”