

18+

Андрей Попов

БОЛЬШАЯ КНИГА ЧАЯ — ОТ КЛАССИКИ ДО АВТОРСКИХ СМЕСЕЙ

традиции · искусство · аромат · вкус



Андрей Попов

**Большая книга чая: от классики
до авторских смесей**

«Издательские решения»

Попов А.

Большая книга чая: от классики до авторских смесей /
А. Попов — «Издательские решения»,

Уважаемый читатель, мечтаете научиться заваривать чай так, чтобы каждая чашка дарила вкус, аромат и настроение? Эта книга — настоящее путешествие в мир чая! Благородный чёрный, нежный зелёный, изысканный улун, загадочный пуэр, бархатистый белый — секреты сортов, традиций и церемоний. Английский файв-о-клок, японская гунфу-ча, русский самовар, индийский масала — и десятки авторских купажей со специями, ягодами и цитрусами. Откройте искусство чая — и пусть каждая чашка станет маленьким праздником!

© Попов А.

© Издательские решения

Содержание

Введение	6
История чая	7
Чайные традиции мира	8
Виды чая	9
Польза напитка	10
Инвентарь	11
Глава 1: Виды и сорта чая	12
Черный	13
Зеленый	14
Белый	15
Улун	16
Пуэр	17
Подведем итог первой главы	18
Глава 2: Чайная посуда и инвентарь	19
Чайники	20
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Большая книга чая: от классики до авторских смесей

Андрей Попов

Иллюстрации Nano Banana

© Андрей Попов, 2026

ISBN 978-5-0070-3366-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение

Здравствуйте, дорогие читатели. Открою вам один любопытный факт сразу. Тот напиток, что стоит сейчас у вас на столе в красивой кружке — древнее почти всего, что вы знаете. Древнее автомобилей. Древнее книгопечатания. Древнее самого понятия «Россия».

Чаю — почти пять тысяч лет. И за эти пять тысяч лет — он не сдал позиций. Не вышел из моды. Не был забыт. Сегодня — самый популярный напиток на земле после простой воды. Seriously. Не кола. Не кофе. Не пиво. А — чай.

Каждую секунду в мире выпивается больше двух миллионов чашек чая. Пока вы читаете этот абзац — уже выпили миллион. Удивительно, правда?

И — еще один интересный момент. Большинство людей пьют чай каждый день. Но — почти никто не знает, как правильно его заваривать. Не знают разницы между сортами. Не понимают, почему один чай — это волшебство, а другой — просто крашеная вода.

Эта книга — для тех, кто хочет наконец разобраться. Без научных терминов. Без снобизма. Без китайских заумных слов в каждом предложении. Просто — рассказ о чае от обычного человека, который любит этот напиток и многое про него узнал.

История чая

Все началось в Китае. Примерно две тысячи семьсот лет до нашей эры. Тогда правил император по имени Шэнь-нун. Легенда говорит — он сидел под деревом, кипятил воду. И — в кипяток упало несколько листьев с ветки. Вода — пожелтела. Аромат — поднялся к небу. Император попробовал. И — был очарован.

Это — легенда, конечно. Но в каждой легенде — есть зерно правды. Точно известно одно — родина чая именно Китай. И первые тысячи лет — чай пили только там.

Сначала — как лекарство. Травники добавляли чайные листья в свои отвары. Лечили — головную боль, усталость, проблемы с пищеварением. Чай был не напитком — а аптекой.

Потом — постепенно — стал напитком. Сначала — для монахов. Они пили его, чтобы не засыпать во время долгих медитаций. Затем — для знати. Императоры стали ценить чай выше золота.

Один правитель династии Тан — император Дэцзун — даже ввел «чайный налог». Чай стал государственной ценностью. За контрабанду чая — казнили. Представляете? За пакетик заварки — смертная казнь.

В Европу чай попал только в шестнадцатом веке. Привезли португальские торговцы. Потом — голландцы. Затем — англичане сошли с ума по этому напитку. И — превратили его в национальную традицию.

В Россию чай пришел в семнадцатом веке. Подарок монгольского хана царю Михаилу Федоровичу. Сначала — отнеслись настороженно. «Зачем нам ваша трава?» Но — попробовали. И — полюбили на века.

Скажу честно. У нас в стране — особая чайная история. Долгая. Богатая. О ней — еще поговорим подробнее в главе про традиции.

Чайные традиции мира

В каждой стране — чай свой. Не только сорт. А — отношение. Ритуал. Смысл.

Англичане превратили чай в религию. Пять часов вечера — это святое. Файв-о-клок. Чайник. Молоко. Печенье. Разговоры о погоде. Это — основа их культуры.

Японцы — пошли еще дальше. Их чайная церемония — это целая философия. Каждое движение — выверено веками. Каждый жест — со смыслом. Чашка чая — может пить часами. Не для жажды. А — для души.

Китайцы — мастера тонкости. У них — гунфу-ча. Это значит «высшее мастерство чая». Маленькие чайнички. Крошечные пиалы. Чай заваривается десять-пятнадцать раз. Каждое заваривание — раскрывает новый оттенок вкуса.

Марокканцы — пьют свежий мятный чай. С большим количеством сахара. На любом застолье. В жару, в зной — стакан горячего чая. Странно? А — освежает лучше холодной воды. Проверено народом.

Индийцы — придумали масала-чай. Черный чай с молоком и кучей специй. Кардамон, имбирь, корица, гвоздика. Густой, ароматный, согревающий. Каждая семья — со своим рецептом.

Турки — заваривают чай в двойном чайнике. Внизу — вода. Сверху — крепкая заварка. Подают в маленьких стеклянных стаканчиках в форме тюльпана. По двадцать стаканов в день. И — никаких проблем со здоровьем.

А у нас — самовар. Главный персонаж русского чаепития. С шишками для растопки. С трубой. С блестящим латунным боком. Вокруг него — собиралась вся семья. Это была — настоящая магия дома.

Виды чая

Тут — главное запомнить простую вещь. Все настоящие чаи — делают из одного и того же растения. Камелия китайская. Один куст. Шесть видов чая. Как так?

Все дело — в обработке листа. Не в сорте растения. Не в местности. А в том — что делают с собранным листом.

Черный чай — лист ферментируют полностью. То есть — окисляют. Лист темнеет, приобретает богатый вкус. Так делают индийский, цейлонский, китайский черный чай.

Зеленый чай — лист почти не окисляют. Сразу прогревают, чтобы остановить ферментацию. Лист остается зеленым. Вкус — травяной, свежий, легкий.

Белый чай — самый минимально обработанный. Берут самые молодые почки. Слегка подсушивают. Все. Никакой ферментации. Никакой прокатки. Самый натуральный.

Улун — это золотая середина. Лист окисляют наполовину. Получается — что-то между зеленым и черным. Цветочный, фруктовый, иногда — сливочный вкус.

Пуэр — это особая магия. Лист сначала обрабатывают. Потом — выдерживают. Иногда — годами. Иногда — десятилетиями. Чем старше пуэр — тем дороже. И тем — глубже вкус.

И есть еще желтый чай. Самый редкий. Похож на зеленый, но с особой обработкой. У нас — почти не встречается. Производят только в Китае. И — мало.

Все остальное — что в магазинах называется «чай» — на самом деле им не является. Травяные сборы — это травы. Фруктовые «чаи» — это фрукты. Ройбуш — это другое растение. Они полезны. Они вкусны. Но — это не чай в строгом смысле слова.

Польза напитка

Тут — важно говорить правду. Не преувеличивать. Не приуменьшать.

Чай — действительно полезен. Но не волшебная пилюля от всех болезней. Просто — полезный напиток, который при умеренном употреблении делает хорошее дело для организма.

В чае — есть особые вещества. Полифенолы. Это — мощные защитники наших клеток. Они борются со старением. Защищают сосуды. Помогают сердцу.

Согласно исследованиям, опубликованным в две тысячи двадцать первом году, регулярное употребление чая снижает риск сердечно-сосудистых заболеваний на двадцать процентов. Это — серьезная цифра.

Зеленый чай — особенно полезен для обмена веществ. Помогает удерживать вес в норме. Поддерживает работу печени. Защищает от свободных радикалов — это такие вредные молекулы, которые разрушают клетки.

Черный чай — хорош для сердца и сосудов. Поднимает настроение. Дает мягкую энергию — без скачков, как от кофе.

Белый чай — рекордсмен по антиоксидантам. Это — вещества, которые тормозят старение. Поэтому белый чай — называют «напитком молодости».

Улун — помогает контролировать вес. Снижает уровень холестерина. Дает прилив бодрости — но не такой резкий, как кофе.

Пуэр — лучший друг тех, кто переедает. Помогает пищеварению. Снижает уровень холестерина в крови. После жирной еды — чашка пуэра творит чудеса.

Но есть и обратная сторона. Чай — содержит кофеин. Не такой много, как кофе. Но — есть. Поэтому — пить его на ночь не лучшая идея. Особенно — крепкий черный.

Чай — мешает усвоению железа. Если у вас низкий гемоглобин — не пейте чай сразу после еды. Подождите час-полтора.

Чай — может вызвать обезвоживание, если пить только его и больше ничего. Это — миф наполовину. Чай содержит воду. Но — кофеин в нем работает как мягкое мочегонное. Поэтому — простую воду тоже нужно пить.

Инвентарь

Скажу простую вещь. Чтобы заваривать вкусный чай — не нужно покупать дорогую посуду. Seriously. Хороший фарфоровый чайник — и все.

Но если хотите — погрузиться в чайную культуру глубже — есть особые предметы. О них поговорим подробно в отдельной главе. Сейчас — кратко.

Заварочный чайник. Главный инструмент. Лучше — фарфоровый или стеклянный. Можно — глиняный, но для конкретного вида чая. Размер — от ста пятидесяти до пятисот миллилитров.

Чашки или пиалы. Чашка — это с ручкой. Пиала — без ручки, как маленькая мисочка. Для разных видов чая — разные сосуды.

Чайное ситечко. Чтобы листья не попадали в чашку. Бывают встроенные в чайник. Бывают отдельные.

Чайница. Это коробочка для хранения чая. Должна быть — герметичной. Темной. Без посторонних запахов. Чай — впитывает запахи, как губка.

Термометр для воды. Не обязательно. Но если хотите — точно заваривать разные виды чая — пригодится. Можно — без него, на глаз. Об этом расскажу позже.

Часы или таймер. Время заваривания — важнейший момент. Передержали — горечь. Недодержали — слабый вкус.

И — самое главное. Время. Желание. Внимание. Без этих трех вещей — никакой инвентарь не поможет.

А мы — переходим к самой интересной части. К видам и сортам чая. Чтобы вы — наконец-то разобрались, что покупаете в магазине. Чем отличается дешевый пакетик за сто рублей от настоящего листового чая за тысячу. И — стоит ли разница в цене того, чтобы платить больше.

Глава 1: Виды и сорта чая

Был у меня знакомый. Сергей. Сорок лет жил — пил один и тот же пакетированный чай. Утром, днем, вечером. Не различал сортов. Считал — чай он и есть чай.

Однажды — попал на чайную дегустацию. По работе. Не по своей воле. И — там попробовал хороший улун. Настоящий. Не из пакетика.

Через час — позвонил жене. Сказал — все, я пропал. Понял, что сорок лет пил не чай, а — крашеную воду. С этого дня — Сергей собирает чай со всего мира. Заваривает по правилам. И говорит — открылся целый мир, о котором даже не подозревал.

Не повторяйте ошибки Сергея. Не теряйте сорок лет жизни. Узнайте про чай сейчас. И — наслаждайтесь правильно.

Черный

Самый популярный чай в России. И — в большинстве стран мира. Темный. Крепкий. С насыщенным вкусом.

Главные производители — Индия, Шри-Ланка (бывший Цейлон), Кения, Китай. Каждая страна — со своим характером.

Индийский черный — это Ассам и Дарджилинг. Ассам — крепкий, темный, с солодовым вкусом. Идеален для утра. Идеален с молоком. Дарджилинг — называют «чайным шампанским». Высокогорный. Тонкий. С мускатным ароматом.

Цейлонский — мягче ассама. Универсальный. Подходит для любого времени дня. Большая часть пакетированных чаев — это именно цейлонский лист.

Кенийский — самый крепкий из черных. Темно-красный настой. Густой вкус. В чистом виде — пьют редко. Чаще — добавляют в смеси для крепости.

Китайский черный — особая история. В Китае его называют «красным чаем» — за цвет настоя. Знаменитые сорта — Кимун, Лапсанг Сушонг (с дымным ароматом, копченый), Дянь Хун (юньнаньский черный).

Как выбрать хороший черный чай в магазине. Смотрите на лист. Он должен быть — цельным. Не пылью. Не обломками. Цвет — однородный, темный. Без зеленых и желтых включений.

Аромат — должен быть чайный. Не отдушка. Не химия. А — настоящий чайный запах.

Цена — настоящий хороший черный чай стоит от пятисот рублей за сто грамм. Все, что дешевле — это уже не премиум. Может быть нормально, но без особых высот.

Пакетированный чай — это перемолотый лист. Часто — обломки от производства премиум-сорта. Удобно, быстро. Но — лишь тень настоящего чая.

Развею миф. Пакетированный чай — не вреден. Если — это нормальный пакетик от хорошего бренда. Просто — менее ароматный и насыщенный, чем листовой.

Зеленый

Этот чай — древнее черного. Тысячи лет на Востоке пили только зеленый. Черный появился позже — почти случайно.

В мире — две большие школы зеленого чая. Китайская. И японская.

Китайский зеленый — обычно прокаленный. Лист сушат на огне в специальных котлах. Получается — слегка ореховый, поджаренный вкус. Знаменитые сорта — Лунцзин (Колодец Дракона), Билочунь, Маофэн.

Японский зеленый — пропаренный. Лист обрабатывают паром. Цвет — ярко-зеленый. Вкус — травяной, свежий, морской. Знаменитые сорта — Сенча, Гёкуро, Маття (порошковый чай для японской церемонии).

Сенча — самый массовый японский. Знаком многим. Свежий, чуть терпкий, очень полезный.

Гёкуро — премиум-сорт. Кусты выращивают в тени последние недели перед сбором. От этого — лист накапливает особые вещества. Вкус — насыщенный, сливочный, умами.

Маття — это вообще особая категория. Лист размалывают в порошок. Размешивают венчиком прямо в чашке. Пьют — вместе с листом. Это — самый полезный зеленый чай. Концентрат всего.

Как заваривать зеленый правильно. Запомните главное — НЕ кипятком. Семьдесят-восемьдесят градусов. Не выше. Иначе — лист «сгорит», чай станет горьким и невкусным.

Время заваривания — одна-две минуты для большинства сортов. Гёкуро — даже меньше. Передержать зеленый чай — катастрофа. Чай станет — невыносимо горьким.

Главный миф про зеленый чай. Говорят — он бодрит сильнее черного. Это — неправда. В черном чае кофеина даже больше. Но — он действует мягче, благодаря другим веществам в составе.

Зеленый чай — действительно полезнее в плане антиоксидантов. Но — пить его нужно правильно. И — не литрами. Двух-трех чашек в день — достаточно.

Белый

Это — самый деликатный чай. Самый редкий. И — часто самый дорогой.

Делают его — из самых молодых почек и верхних листочков. Лист — почти не обрабатывают. Только — слегка подвяливают на солнце. И — сушат.

Главные сорта белого чая — все китайские. Бай Хао Инь Чжэнь (Серебряные иглы) — только из почек. Самый ценный. Бай Му Дань (Белый Пион) — почка и два верхних листа. Шоу Мэй — из более зрелого листа.

Цвет настоя — нежно-золотистый. Иногда — почти прозрачный, чуть желтоватый. Аромат — тонкий, цветочный, медовый. Вкус — деликатный, сладковатый, без всякой горечи.

Главная особенность белого чая — мягкость. Он не агрессивен. Не дает чувства «бодрости». Просто — тихая радость в чашке.

Как заваривать. Вода — семьдесят-семьдесят пять градусов. Не выше. Время — три-пять минут.

Можно — заваривать один и тот же лист несколько раз. Каждое заваривание — раскрывает новый оттенок. Это — экономично. И — интересно.

Хранить белый чай — нужно осторожно. Он впитывает запахи моментально. Только герметичная упаковка. Только без посторонних ароматов рядом.

Цена настоящего белого чая — от тысячи рублей за сто грамм. Серебряные иглы — могут стоить несколько тысяч. Это — не для каждого дня. Это — для особых моментов.

Развею важный миф. Многие думают — белый чай это «слабый чай». Не крепкий. Это не так. По содержанию антиоксидантов и полезных веществ — белый чай — рекордсмен. Просто — вкус деликатнее.

Улун

Это — мой любимый. Скажу честно. Если бы пришлось выбрать один вид чая на всю жизнь — выбрал бы улун.

Улун — это золотая середина между зеленым и черным. Полу-окисленный чай. Уровень окисления может быть — от двадцати до восьмидесяти процентов.

Светлые улуны — ближе к зеленому. Цветочные, свежие, сливочные.

Темные улуны — ближе к черному. Карамельные, фруктовые, иногда — древесные.

Главные сорта. Те Гуань Инь (Железная Богиня Милосердия) — самый знаменитый. Цветочный аромат, легкий сливочный вкус. Из китайской провинции Фуцзянь.

Да Хун Пао (Большой Красный Халат) — легендарный. С минеральным, «каменным» вкусом. Растет на Уишаньских скалах.

Дун Дин — тайваньский. С молочно-ванильным ароматом.

Габа улун — особый сорт. Производится по специальной технологии. Богат веществом ГАБК — это такая аминокислота, помогает расслабиться. Идеален для вечера.

Молочный улун — отдельная тема. Многие думают — его аромат натуральный. Это — миф. Настоящий молочный улун получают на Тайване, и он имеет легкий молочный оттенок от природы. Но большинство того, что продается в России под названием «молочный улун» — это обычный улун с молочной отдушкой. Не обязательно плохо. Просто — нужно знать правду.

Как заваривать улун. Вода — восемьдесят-девяносто градусов, в зависимости от сорта. Светлые — попрохладнее. Темные — погорячее.

Время — короткое. Тридцать секунд для первого заваривания. Потом — увеличивать постепенно.

Заваривать можно много раз. Хороший улун — выдерживает семь-десять заварок. Каждая — со своим вкусом. Это — целое путешествие в одной упаковке.

Пуэр

Самый загадочный из всех чаев. Самый необычный. И — для многих — самый сложный для понимания.

Пуэр делают из чайных деревьев. Не кустов. А — деревьев. Старых. Иногда — тысячелетних. Растут они в китайской провинции Юньнань.

Есть два вида пуэра — шен (зеленый, сырой) и шу (черный, готовый).

Шен пуэр — это естественная ферментация. Чай выдерживают годами. Иногда — десятилетиями. С возрастом — он становится все ценнее и вкуснее. Молодой шен — резкий, горьковатый. Старый шен — мягкий, благородный.

Шу пуэр — это ускоренная ферментация. Чай специальным способом «состаривают» за несколько месяцев. Получается — темный, землистый, с глубоким вкусом.

Выпускают пуэр в особой форме. Прессованные блины. Кирпичи. Гнезда. Чашки. Жемчужины. Чай — выламывают понемногу, по мере необходимости.

Как заваривать. Сначала — обязательно «промыть» чай. Залить кипятком на пять-десять секунд. Слить. Это убирает пыль и «будит» лист.

Потом — заваривать. Кипятком, девяносто пять-сто градусов. Тридцать секунд для первого пролива. Дальше — увеличивать.

Хороший пуэр — заваривается десять-пятнадцать раз. Каждый раз — новый оттенок.

Вкус пуэра — необычный. Землистый. Древесный. Иногда — с нотами шоколада, кожи, орехов. Многим — сразу не нравится. Но — привыкаешь. И — потом не можешь без него.

Польза пуэра — особенная. Он отлично помогает пищеварению. Снижает уровень холестерина. Согревает изнутри. После плотного обеда — чашка пуэра — лучшее завершение.

Развенчаю один большой миф. Говорят — пуэр это «наркотический чай». Что от него — особое состояние, измененное сознание. Это — полная ерунда. Пуэр — просто чай. С интересным вкусом. С хорошей пользой. Никакого «опьянения» от него быть не может.

Хороший качественный шу пуэр стоит — от пятисот рублей за сто грамм. Старый шен — может стоять десятки тысяч. Есть редкие выдержанные пуэры — за миллионы. Но это уже — для коллекционеров.

Подведем итог первой главы

Пять видов чая. Пять разных вселенных. И каждая — заслуживает того, чтобы в нее заглянуть. Попробовать. Понять.

Не нужно сразу — становиться экспертом. Не нужно — покупать дорогие сорта. Начните с простого.

Купите хороший листовый черный чай. Хороший зеленый. И — попробуйте один улун. Этого достаточно для начала.

Заваривайте правильно. Внимательно. С интересом. Через месяц — почувствуете разницу с пакетиками. Через полгода — будете различать сорта на вкус. Через год — найдете свой любимый чай.

И — самое важное. Не слушайте снобов. Пейте то, что нравится именно вам. Чай — это удовольствие. А не экзамен.

А мы — переходим к посуде. Потому что — без правильной чашки и чайника — даже самый дорогой чай не раскроется как нужно.

Глава 2: Чайная посуда и инвентарь

Открою вам секрет, которому учат в чайных школах Китая. Один и тот же чай — в разной посуде — имеет разный вкус. Серьезно. Не разный аромат. А разный вкус.

Проверьте сами. Заварите чай в стеклянной банке. Потом — тот же чай в фарфоровой чашке. Потом — в глиняной пиале. Три разных напитка. Из одного и того же листа.

Почему так? Материал чашки — взаимодействует с водой и чаем. Меняет температуру по-разному. Поглощает или отдает запахи. Влияет на восприятие вкуса.

Не нужно бежать в магазин и скупать все подряд. Но — понимать разницу — нужно. И — иметь правильную посуду — стоит. Не для понта. А — для удовольствия.

Чайники

Главный инструмент. Без него — никуда.

Начну с правды — какой чайник лучший? Тот, который у вас уже есть. Seriously. Если — у вас простой фарфоровый заварник — этого достаточно для большинства чаев.

А теперь подробнее про материалы.

Фарфор. Универсальный материал. Не впитывает запахи. Не отдает посторонних привкусов. Подходит для любого чая. Долговечен.

Главный плюс — нейтральность. Сегодня заварили в нем зеленый чай. Помыли. Завтра — черный. Никаких проблем.

Минус — фарфор быстро остывает. Зимой — вода в чайнике может стать холодной за десять минут.

Стекло. Хороший выбор для зеленого и белого чая. И — для красивых сортов, где хочется видеть, как раскрываются листья.

Например — связанный чай. Это — когда листья и цветы сплетают в шарик. Кладете в стеклянный чайник. Заливаете водой. И — наблюдаете, как шарик распускается в подводный цветок. Магия.

Минус стекла — оно тоже остывает быстро. И — хрупкое. Один неловкий жест — и привет.

Глина. Тут — отдельная история. Глиняные чайники называют — исинские. По названию китайского города Исин, где их делают уже пятьсот лет.

Исинский чайник — особое чудо. Глина там — пористая. Она впитывает аромат чая. С каждой заваркой — пропитывается все больше. Через год использования — можно просто залить кипятком в пустой чайник — и он будет пахнуть чаем.

Главное правило исинского чайника. Один чайник — один сорт чая. Никогда не заваривайте в нем разные виды. Иначе — все ароматы смешаются — и чайник испортится.

Если любите пуэр — заведите чайник для пуэра. Любите улун — отдельный для улуна. Для зеленого — лучше не глина, а фарфор.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.