



Незаменимые. Кто виноват?

Вот выдержки из доклада академика В.А. Тутельяна, директора НИИ питания РАМН:

«Структура питания населения России ... характеризуется продолжающимся снижением потребления наиболее ценных в биологическом отношении пищевых продуктов на фоне негативного действия токсических элементов в составе окружающей среды... На первый план выходят дефицит ... полиненасыщенных жирных кислот, ... большинства витаминов: 70-100% для витамина С, 60-80% для группы витаминов В... Очень серьезной является проблема недостаточности ряда минеральных веществ и микроэлементов, таких как кальций, железо, йод, фтор, селен, цинк. Весьма значителен и дефицит пищевых волокон.

Формула пищи человека третьего тысячелетия - это постоянное использование в рационе, наряду с традиционными натуральными пищевыми продуктами, биологически активных добавок к пище - концентратов незаменимых активных веществ».

Наука о питании идентифицировала вещества, отсутствие или недостаточность которых в пище приводит к различным заболеваниям. Появился термин «незаменимые факторы питания» или НФП. Это вещества природного происхождения, физиологическая роль которых имеет большее значение, и в то же время их синтез в организме человека невозможен. Они могут попасть в организм только вместе с пищей и водой. Причем необходимо не только их определенное количество, но и сбалансированное сочетание. Что же это за факторы?

Дефицит витаминов
Витамины – особые белковые вещества, обеспечивающие в организме биохимические превращения, реакции, обмен веществ, без которых жизнь невозможна. Разные витамины принято обозначать разными буквами и цифрами. Некоторые из них являются жирорастворимыми - А, Д, Е, К. Если их потреблять без достаточного количества жиров, то они плохо усваиваются. Другие витамины являются водорастворимыми - С, В1 - В17, Р.

Важно отметить, что с овощами и фруктами можно получить только 3, включая витамин С, из 13 наиболее важных витаминов. Продукты здорового питания, как правило, содержат значительные количества витаминов, часто специально обогащаются необходимыми витаминами.

Дефицит минеральных веществ
В полном составе необходимы для иммунной системы, для регулирования биохимических процессов, оказывают мощное антиоксидантное и анти-токсическое действие, поддерживают электролитический баланс и кислотно-щелочное равновесие в жидкостных средах организма. Только нормальный кислотно-щелочной баланс позволяет вести нормальный активный образ жизни. Упомянем некоторые важнейшие минеральные вещества – кальций, калий, натрий, цинк, железо, сера, марганец, кремний, медь, селен, йод, бром, фтор и др. В обычных продуктах этих элементов недостаточно. Продукты здорового питания содержат как правило значительные количества тех или иных минеральных веществ.

Дефицит полиненасыщенных жирных кислот (ПНЖК) и, особенно ω -3 являются наиболее значимыми среди всех НФП. ПНЖК поддерживают в рабочем состоянии внутриклеточные мембраны, оказывают противовоспалительное действие, служат для профилактики атеросклероза, ишемической болезни сердца, гиперто-

нии, варикозной болезни, помогают организму поддерживать свои параметры в определенном диапазоне. ПНЖК ω -6 содержится в большинстве растительных масел. А вот ω -3 в значительных количествах есть только в льняном масле холодного отжима и в рыбном жире некоторых холодноводных рыб. ПНЖК должны употребляться обязательно вместе с витамином Е и рядом других элементов в зависимости от конкретной ситуации.

В нашем ассортименте ПНЖК представлены маслами новгородской ТМ "Масляный король", а также льняными маслами "Сибирской масляной компании" и БАДами НПП "Тринита".

Дефицит пищевых волокон – клетчатки.

Пищевые волокна - клетчатка не могут усваиваться организмом и поэтому раньше рассматривались как балласт. Вся технологическая обработка пищи была направлена на их удаление. И вот, когда этого почти добились, стало ясно, что без них нельзя.

Клетчатка содержится в цельнозерновых продуктах, в горохе и фасоли, фруктах, овощах, орехах и семенах, но ее нет в мясе, рыбе, яйцах, сыре и молоке. Клетчатка бывает растворимая в воде (овсянка и овсяные отруби, льняная крупа и мука, бобы, горох, морковь, цитрусовые и яблоки). Эта разновидность снижает уровень холестерина в крови, стабилизирует уровень сахара, помогает диабетикам снизить потребление инсулина. Также бывает нерастворимая клетчатка (пшеничные и кукурузные отруби, сельдерей, кожура фруктов и корнеплодов). Эта разновидность снижает риск рака кишечника, предотвращает запоры, адсорбирует на своей поверхности токсические вещества и выносит их из организма. Идеальным является сбалансированное потребление обоих разновидностей клетчатки. Клетчатку можно использовать как добавку к кисломолочным продуктам, например, добавляя в кефир, или к любым другим продуктам.

Не могу не вспомнить о чае. В свежупакованном качественном чае содержится до 3% пектинов от массы чая – это больше, чем в яблоках.

Дефицит аминокислот
Аминокислоты – это пятый незаменимый фактор питания. Каждая из 22 аминокислот имеет свое предназначение для построения клеток какой-либо системы организма. Большинство белков животного происхождения, включая мясо, молоко и яйца обладают оптимальными соотношениями незаменимых аминокислот. Для чистых вегетарианцев возникает задача правильного комбинирования растительной пищи.

В тексте статьи использованы материалы из книг профессора Исаева В.А.

программе и добавить к незаменимому для многих россиян чаю и другие продукты, содержащие незаменимые факторы питания, которых недостаточно в обычной пище. Чтобы выбрать лучшее, в течение полугодия я встретился с руководителями и специалистами более 50 предприятий – производителей таких продуктов. Большое впечатление на меня произвели беседы с физиологом, доктором биологических наук, академиком РАЕН, профессором, генеральным директором НПП «Тринита» Исаевым В.А., чтение его научных трудов и его советы по формированию ассортимента. В книгах Исаева В.А. в доступной форме объясняется, какими конкретно незаменимыми элементами надо обогатить свое питание при различных проблемах в организме или при отсутствии проблем, но наличии разных факторов риска. Пользуясь случаем, я благодарю Вячеслава Арташевского, согласившегося стать нашим научным руководителем в работе над программой «Помоги своему организму». Я с удовольствием рекомендую приобрести его книги каждому, кто хочет укрепить свое здоровье

за счет правильного питания. Понять проблему и пути ее решения – первый и очень важный шаг на пути к здоровой, активной и счастливой жизни.

Большую помощь в подборе продукции оказал нам доктор медицинских наук, генеральный директор крупнейшей в Санкт-Петербурге компании по производству травяных чаев и натуральных добавок «Народная медицина» Каменев Игорь Юрьевич, который стал нашим вторым научным руководителем. Его фирма производит травяные сборы уже почти 20 лет и известна всей стране. А в коллективе работают десятки опытных специалистов, которые впитали в себя опыт и научные знания многих поколений и знают правильные сочетания и пропорции соединения разных растений для решения тех или иных проблем организма человека.

Вообще, подбирая продукты здорового питания, нужно тщательно проверить сертификаты, протоколы клинических испытаний, весомость научного обоснования, природное происхождение исходных компонентов, отсутствие разных консервантов, усилителей вкуса и т.п. химии, уровень производства и справедливость цены. Обычному потребителю это сделать не просто. А для сотрудников сети «Море чая» - это обычная работа. Мы все проверим, в том числе на себе, советуем с нашими научными руководителями, независимыми учеными и специалистами, и только потом выпускаем продукт на полки наших магазинов. И даем вам проверенную информацию, отсеяв лишние преувеличения, так как мы не связаны никакими особыми интересами ни с одним из представ-



ные композиции, клетчатки и тростниковый сахар-кисели, продукты для похудения и биологически активные добавки к пище. О некоторых из них есть статьи в этой газете. В магазинах «Море чая» на проспекте Луначарского, улице Звездной, Рыбацком будут открыты специализированные залы «Море здоровья», а в большинстве других магазинов, где есть хоть небольшая возможность по площадям, специализированные отделы. Но это только начало пути. Мы планируем с помощью наших научных руководителей постоянно расширять ассортимент и организовать работу школы «Море здоровья» в помещении Клуба Чайной Культуры на Фонтанке, д.91. Там будут читать лекции для наших продавцов, а также для наших постоянных покупателей и членов Клуба ведущие специалисты и руководители предприятий поставщиков продукции. Очень важно для нас и ваши отзывы, уважаемые читатели, о проверенной вами продукции. Передавайте ваши мнения продавцам, пишите письма через почтовые ящики, установленные в наших магазинах, звоните. Самые активные участники получат подарки от производителей. В общем, участвуйте в программе «Помоги своему организму».

Семь золотых.

1. Снижение массы тела, если она избыточна.
2. Ограничение потребления алкоголя до 20 мл этилового спирта (эквивалентно 50 мл водки) в день для мужчин и до 15 мл для женщин.
3. Увеличение физических нагрузок, например ходьба по 30-45 минут в день хотя бы 3-4 раза в неделю.
4. Ограничение потребления поваренной соли (точнее Na+) до 6 г в день.
5. Увеличение потребления зелени, овощей и фруктов, богатых калием и другими остродефицитными минеральными компонентами пищи в пределах нормативов суточного питания.
6. Поддержание потребности организма в кальции, фосфоре и магнии за счет потребления адекватных количеств продуктов, богатых этими минеральными составляющими.
7. Прекращение курения, снижение потребления продуктов, богатых насыщенными жирами и холестерином.

Независимыми исследованиями установлено, что даже частичное выполнение этих рекомендаций, позволило женщинам и мужчинам в возрасте 60-80 лет добиться нормализации артериального давления, заметно уменьшить потребность в медикаментозном лечении и снизить число инсультов, инфарктов миокарда, аритмии и сердечной недостаточности.

Александр Чудок
Генеральный директор ТД "Рубин"

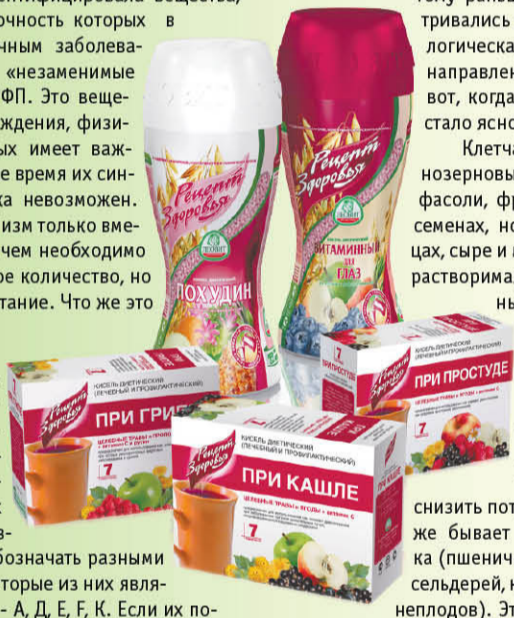
Что делать?

Предлагаем вам присоединиться к нашей целевой социальной программе «Помоги своему организму» и сбалансировать свой рацион питания, добавив в него недостающие незаменимые элементы. Девиз программы: «Лишь тот достоин крепкого здоровья, кто каждый день заботится о нем». Эта программа под руководством профессора Исаева В.А. работает в рамках соглашения о сотрудничестве между ФС Роспотребнадзора РФ и Ассоциацией отечественных разработчиков и изготовителей БАД к пище и специализированных продуктов питания.

Магазины «Море чая» решили участвовать в этой

ных продуктов. Другими словами мы берем на себя миссию независимого потребительского аудита.

К моменту выхода этого номера газеты в магазинах «Море чая» уже появились различные фитосборы, безалкогольные травяные бальзамы, медовые композиции, масла холодного отжима и масла-





Травяные композиции от Русской Чайной Компании Аромат в каждой кружке

«Русская Чайная Компания» – один из лидеров на российском рынке по производству развесных чаев. Продукция компании под торговой маркой «Чайная Коллекция» хорошо известна как в России, так и в странах СНГ уже более 10 лет. Компания по праву считается лидером не только по объемам продаж, но и по степени качества продукции, знаний и компетентности в своей области.

Ассортимент «Русской Чайной Компании» охватывает широкий спектр развесных чаев со всего мира и включает в себя более 300 наименований. Помимо чистых черного и зеленого чая, компания предлагает огромный выбор ароматизированных чаев, травяных, цветочных и фруктовых смесей, а также экзотические роибуш и мате. Отдельно следует сказать об элитных чаях, привозимых в Россию «Русской Чайной Компанией» – это и высококачественные зеленые, и ароматные черные, и белые и желтые чаи, и благородные оолонги, и выдержанные Пу-Эры, и лучшие дарджилинги. Элитные чаи предлагаются и в подарочной упаковке.

Налаженные торговые связи за рубежом позволяют компании поставлять чай в Россию практически с плантации. Китайские чаи, минуя посредников, приходят прямо из Китая, индийские и цейлонские закупаются непосредственно на местных чайных аукционах, поставки матэ и роибуша обеспечивают партнеры в Латинской Америке и ЮАР.

«Русская Чайная Компания» – специалист №1 в России по созданию ароматизированных чаев, чайных, травяных и фруктовых смесей. Разнообразные коктейли изготавливаются по нашему заказу одним из крупнейших европейских производителей чая категории «Премиум» компанией «Wolpenhaupt GmbH» из Гамбурга. Рецептура большинства чаев разрабатывается индивидуально с учетом вкусов и предпочтений российских потребителей.

Завершающий этап на пути чая к потребителю – упаковка продукта. Его «Русская Чайная Компания» проводит на собственной производственной базе в городе Одинцово Московской области, оснащенной самым современным оборудованием из Германии, аналогов которого не существует в России.

Отдельно хочется отметить, что «Русская Чайная Компания» успешно лидирует в продажах травяных

чаев, как на основе трав, так и на основе натуральных кусочков фруктовых смесей. В последнее время прогресса и бешеного ритма жизни здоровье нации становится особенно актуальным.

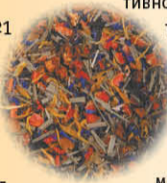
Травяные чаи.

В травяных чаях используются целебные и ароматные травы со всего мира, цветы, экзотические пряности и фрукты, ягоды и смеси из роибуша, лапачо и зеленого чая.

Тонкие композиции таких смесей специально составляются так, чтобы полезное действие лечебных растений сочеталось с приятным и освежающим вкусом напитка. Сама природа помогает восстановить силы организма, нейтрализует вредное воздействие неблагоприятной экологии, укрепляет иммунитет. Травяные чаи успокаивают и восстанавливают баланс или тонизируют, освежают. Специально составленные смеси очищают организм, регулируют обмен веществ, эффективно снижают вес. Травяные чаи прекрасно сочетаются с медом или сахаром, их можно пить не только горячими, но и охлажденными, утром, днем и на ночь.

Травяная смесь «Империя Инков» состоит из зеленого чая, лимонной травы с кусочками моркови, яблока и папайи, цветками календулы, мальвы и сафлора имеет оригинальный внешний вид, приятный вкус и обладает противовоспалительным действием.

Не первый год «Русская Чайная Компания» работает над созданием не



только самого вкусного и ароматного, но еще и полезного продукта. Результатом последних разработок стала новая линейка травяных чаев «Fit Life», которая запущена в 2008 году.

Рецептуры этих чаев проверены веками в народной медицине и производятся по современным технологиям, позволяющим сохранить все целебные свойства растений. В каждом чае «Fit Life» искусно подобран букет, волшебный аромат и особое предназначение. Они благотворно влияют на организм.

Входящие в состав «Fit Life» целебные травы, растения и ягоды обладают полным комплексом витаминов и минеральных веществ, что в значительной степени помогает человеку жить в ритме современной жизни. Данные чаи не являются лекарственными средствами и БАДами (биологически активными добавками).

«Русская Чайная Компания» представляет Вашему вниманию линейку чаев «Fit Life»: «Заряд бодрости», «Катуба», «Силуэт», «Шавасана».

Цветы и натуральные растения. Наши предки умели ценить не только тонкие ароматы, но и силу,



которую несут в себе цветы и травы. Например, цветок суданской розы – гибискус (каркаде) известен своей способностью нормализовать давление и снижать уровень холестерина в крови. Жасмин – благотворно влияет на эмоциональное состояние, эфирное масло этого цветка очищает печень, улучшает зрение, регулирует кровообращение. В холодное время года особенно хороши жасминовые напитки, легкие и приятные, они великолепно согревают и придают сил. Цветы жасмина прекрасная добавка к зеленому и красному чаю. Чайная роза повышает чувствительность, обладает свойствами афродизиака и антисептическим действием, снижает риск простудных заболеваний. Цветы розы прекрасная добавка к красным и черным чаям, но также может завариваться как самостоятельный напиток. Напиток из цветов чайной розы улучшает состав крови, регулирует циркуляцию крови в организме, нормализует поступление кислорода в организм. Слабый настой можно давать детям в качестве успокоительного средства. Нормализует работу сердечно-сосудистой системы.



Фруктовые смеси.

Фруктовые смеси обладают ярким, сочным вкусом, который рождает сочетание ягод, фруктов, цветков гибискуса (каркаде), роибуша и натуральных вкусовых экстрактов.

Нейтральные по воздействию, они не содержат кофеина и теина, и подойдут для каждого члена семьи. Смеси очень полезны, так как фрукты содержат витамин С, каркаде нормализует давление, роибуш понижает уровень холестерина и укрепляет иммунную систему. Слад-



кие и с легкой кислинкой, пропитанные ароматом солнца и щедрой природой, такие смеси прекрасно поднимут настроение и придадут сил. Фруктовые смеси можно пить горячими как чай, а можно охладить и на их основе создавать удивительные коктейли с соком, сиропом, ликером, свежими ягодами и фруктами.

«Фруктовая фиеста» витаминный фруктовый микс – напиток без содержания кофеина и тонизирующих веществ. Шиповник, черная смородина и гибискус – естественные источники витаминов и антиоксидантов. Мята способствует снятию нервного напряжения.

Компания предлагает более 10 видов фруктовых смесей с разным составом сочетания в себе ингредиентов и тщательно подобранными оттенками вкуса и запаха.

Мы надеемся, что вы по достоинству оцените изысканное качество травяных и фруктовых смесей.

Олеся Серебрякова
Руководитель отдела маркетинга и рекламы
«Русской Чайной Компании»



ООО «Медицинская компания «Народная Медицина»



Фитолукс №10 – Дилектин с пол-полой (почечный) – разработанный специалистами лаборатории компании состав фитосбора способствует улучшению состояния при заболеваниях мочевыделительной системы. Оказывает мочегонное, противовоспалительное, противоотечное действие, выводит песок и камни из мочевого пузыря, увеличивает выведение мочевой кислоты из организма.

Рецепты народной медицины, проверенные веками миллионами людей, сегодня воплощаются в препаратах на основе лекарственных трав и растений, разработанных в лабораториях и выпущенных на сертифицированном производстве фармацевтических компаний.

Интерес к фитотерапии объясняется многими причинами: препараты из лекарственных растений действуют мягче, чем синтетические, дают меньше побочных эффектов, что позволяет проводить лечение длительно и повышает его эффективность при хронических заболеваниях. Преимущества фитотерапии также заключаются в широком спектре лечебных свойств трав. Биологически активные вещества (эфирные масла, органические кислоты, алкалоиды, фитонциды, витамины, микроэлементы и т.д.) содержатся в растениях в определенных соотношениях, выработанных в процессе эволюции. Даже одна лекарственная трава представляет собой лечебный комплекс, воздействие которого на систему болезни способно корректировать лечебные звенья патогенеза заболевания.

Медицинская компания «Народная медицина» – один из лидеров среди российских производителей трав и сборов из растительного сырья, а также чайных напитков и фитопрепаратов в капсулах.

За 20-летнюю историю своей деятельности компания сумела разработать продукцию, которая по-настоящему эффективна для профилактики и в комплексном лечении различных заболеваний, и все годы сохраняет качество на высочайшем уровне.

А нужно помнить, что именно от качества лекарственных средств зависит их эффективность и наше выздоровление.

Теперь практически весь ассортимент продукции компании «Народная медицина» доступен покупателям в магазинах сети «Море чая» – на витрине «Море здоровья», где собраны натуральные средства для поддер-

жания в тонусе и повышении сопротивляемости организма, лечения и профилактики различных заболеваний.

Серия «Фитолукс» – это сборы лекарственных трав выверенной, уникальной рецептуры, разработанные в лаборатории компании более 10 лет назад и заслужившие доверие приверженцев природных рецептов оздоровления.

Каждый сбор обладает направленным действием и оформлен цветом для профилактики и улучшения состояния при заболеваниях: желудочно-кишечного тракта – желтым цветом, мочеполовой системы – зеленым, сердечно-сосудистой и нервной системы – красным, дыхательной системы – голубым.

В серию «Целебные травы» входят следующие лекарственные растения:

Бессмертник – используют как желчегонное средство при желчекаменной болезни, хронических холециститах и гепатитах, дискинезии желчных путей.

Плоды боярышника – эффективны при гипертонии, одышке, заболеваниях сердечно-сосудистой и центральной нервной систем.

Цветки ромашки – отличное средство при желудочно-кишечных заболеваниях, оно широко применяется при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей, наружно – в косметологии.

Календула (цветки ноготков) – оказывает антисептическое, противовоспалительное, ранозаживляющее, спазмолитическое, седативное и кардиотоническое действие. Используется при болезнях печени, для лечения гинекологических, сердечно-сосудистых и желудочно-кишечных заболеваний.

Плоды шиповника – поливитаминное средство, часто применяется при гиповитаминозе, различных острых и хронических заболеваниях для ускорения выздоровления; способствует восстановлению психической работоспособности при переутомлении.

Листья крапивы – применяются как кровоостанавливающее, витаминное, мочегонное, противовоспалительное средство, регулируют пищеварение. Рекомендуются при сахарном диабете, атеросклерозе, анемии, наружно используются для укрепления волос, при лечении ран.

Мать-и-мачеха – обладает обволакивающим, отхаркивающим и противовоспалительным действием. Используется преимущественно при заболеваниях дыхательной системы и кожи.

Натуральные фитокомплексы в капсулах на основе экстрактов расторопши и лекарственных растений – лопуха, одуванчика, эхинацеи, гибискуса и шиповника – это эксклюзивный продукт компании «Народная медицина».

Расторопша – мощный природный защитник печени. За счет второго компонента в составе капсул достигается максимальная эффективность действия комплекса при конкретном заболевании.

Лопух рекомендован при проблемах с поджелудочной железой, почками, одуванчик – при кожных заболеваниях, эхинацея – известный иммуностимулятор, а шиповник и гибискус – сильные антиоксиданты и эффективны для профилактики сердечно-сосудистых заболеваний.

Авторский купаж чайных напитков «Лесной букет», уже полюбившихся истинным ценителям чая с травами, представлен в сети «Море чая» в обновленном варианте.

Серия создана на основе традиционного черного индийского чая и натуральных лекарственных растений. «Лесной букет» – вся сила природы в одном глотке!

Вся продукция, созданная исследовательской лабораторией, аккредитованной в системах Росздравнадзора и Госстандарта РФ, производится по таким же технологиям, что и препараты, имеющие регистрацию лекарственных средств. Это говорит о высочайших стандартах качества, контролируемых российским государством.

Регулярное применение продуктов на основе лекарственных трав и растений – это не только профилактика заболеваний и их осложнений, но и поддержание высокой работоспособности и функционирования Вашего организма на оптимальном уровне при любых жизненных обстоятельствах.

Каменев И.Ю.
Д.М.Н., генеральный директор ООО «Народная медицина»



Боровника (боровая матка или ортилия однобокая) –

широко известное народное средство при воспалительных гинекологических заболеваниях, применяют для лечения бесплодия, при нарушении менструального цикла, токсикозах беременности, фиброме матки, особенно при обильных кровотечениях.



Логотип ищите на витринах «Море здоровья»!

«Масляный Король» Великий Новгород

Масла торговой марки «Масляный Король» от компании ООО «Виктория» производятся методом однократного холодного отжима. На 16-ой международной выставке продуктов питания масла ООО «Виктория» были признаны лучшим отечественным продуктом 2009 года. На 10-ой юбилейной агропромышленной выставке, наша продукция получила золотую медаль. Все эти и многие другие награды свидетельствуют о высоком качестве масел, что подтверждается сертификатами соответствия, санитарно-эпидемиологическими заключениями и удостоверениями качества.

Кунжутное масло – способствует заживлению трещин, используется при лечении сухости слизистой оболочки полости, идеальное средство по уходу за телом, что делает его незаменимым в косметологии; для защиты от солнца; в чистом виде используется при экземе и псориазе при ревматических болезнях; при нарушении кровообращения; при выпадении волос; при разрушении зубов; при растяжках; при хронических запорах. Кунжутное масло рекомендуется так же для нормализации обмена веществ, профилактики и лечения атеросклероза, при малокровии, истощении организма, болезнях сердца, поджелудочной и щитовидной желез, печени, желчного пузыря; при лечении повышенной кислотности желудочного сока; препятствует образованию тромбов.

Тыквенное масло называют «Аптекой в миниатюре». Используется для профилактики простатита; аденомы простаты; заболеваний печени (гепатит, цирроз); холецистите; желчно-каменной болезни; язве желудка; двенадцатиперстной кишки. В тыквенном масле содержится повышенное содержание витамина А, позволяющего лечить глазные болезни. Масло с запахом свежей тыквы помогает печени работать без сбоев, с желудка и кишечника снимает лишнюю нагрузку по переработке и выведению шлаков из организма. Тыквенное масло применяется как противовоспалительное, противогрибковое, ранозаживляющее и восстанавливающее печеночное средство.

Кедровое масло – уникальный природный продукт аналогов которому не существует. Народная медицина всегда считала замечательным лечебным средством при туберкулезе, атеросклерозе, повышенном артериальном давлении, хроническом панкреатите, язвах желудка, двенадцатиперстной кишки, заболеваниях крови, лимфы, трахеита, ларингита, ОРЗ, при кожных заболеваниях, при варикозном расширении вен, при хрупкости волос и ногтей, для более пол-

ноценного формирования организма детей, беременным и кормящим матерям.

Грецкое масло – с древних времен грецкий орех считался одним из чудес, созданных природой. Является прекрасным средством похудения и омоложения организма, улучшая обменные процессы в организме. Масло грецкого ореха является великолепным питательным продуктом в период восстановления после перенесенных болезней или операций. Оно необходимо людям преклонного возраста, особенно страдающим гипертонией, атеросклерозом, ишемической болезнью сердца, диабетом. Масло с успехом применяется при хроническом гепатите, повышенной кислотности желудочного сока, в качестве слабительного и противоглистного средства, при гиперфункции щитовидной железы (зобе). Обладая противовоспалительными свойствами, масло грецкого ореха с успехом применяется при лечении воспалительных заболеваний кожи и слизистых, способствует заживлению ран, трещин, длительно незаживающих язв.

Арахисовое масло имеет богатый витаминный (В, РР, В1 и Е) комплекс и мензуральный состав. Содержит большое количество ненасыщенных жирных кислот. Арахисовое масло применяется при лечении гнойных трудно заживающих ран. Арахисовое масло относится к низкокалорийным продуктам, поэтому используется для приготовления диетических блюд для детей, страдающих избыточным весом, желудочно-кишечными проблемами, а также сердечно-сосудистыми заболеваниями.

Фундукное масло содержит 60% жиров, 12% белков, 16% углеводов, 6% воды, микроэлементы, большое количество витаминов группы В, витамина Е. Полезные свойства фундука: источник растительного белка, который незаменим в вегетарианском питании, содержит полиненасыщенные жирные кислоты, поэтому защищает организм от сердечно-сосудистых заболеваний, служит для профилактики атеросклероза, способствует очищению организма, предотвращает гнилостные процессы в кишечнике, способствует повышению иммунитета, в экстракте лесного ореха ученые обнаружили вещества, обладающие противогрибковыми свойствами.

Приятного аппетита!

Евсюков А.Г.
Генеральный директор ООО «Виктория»



КОМПАС ЗДОРОВЬЯ

Продукты оздоровительного питания от «Компаса Здоровья» - это результат работы по восстановлению в повседневном питании россиян исторически адаптированных к их органам пищеварения продуктов национальной кухни.

По данным современной научной литературы наиболее значимыми компонентами питания для россиян являются незаменимые для организма ненасыщенные жирные кислоты Омега-3 и Омега-6. Это связано с тем, что большая часть территории России лежит на Севере Евразийского материка, чей климат отличается наличием продолжительной холодной зимы, контрастностью суточных температур и жарким, но относительно коротким летом. Именно такие климатические условия способствуют тому, что в организме человека процесс использования и утилизации ненасыщенных жирных кислот Омега-3 и Омега-6 идет с очень большой скоростью, часто формируя состояние их дефицита.

Именно поэтому нам совершенно необходимы продукты, которые покрывают дефицит ненасыщенных жирных кислот. Речь идет о таких продуктах питания, как кунжутное, льняное масло, семя и мука льна, экстрактах овощных и салатных растений на основе льняного масла, особо приготовленных зерновых кашах, киселях, питательных напитках и так далее. Уникальность льняного масла заключается в очень высоком содержании полиненасыщенных незаменимых жирных кислот: альфа-линоленовой (Омега-3) и линолевой (Омега-6) и их оптимальном соотношении для организма человека.

Химический состав льняного масла чрезвычайно похож на жирно-

кислотный состав липидного слоя мембран человеческих клеток. Оболочка каждой человеческой клетки состоит преимущественно из омега-3 и омега-6 незаменимых ненасыщенных жирных кислот. Соотношение между ними должно быть как 3:1. Это обеспечивает подвижность клеточной мембраны и нормальный трансмембранный перенос.

«Компас Здоровья» представляет в десятках городов России продукты питания НПФ «Сибирская Масляная Компания» на основе льна: льняное масло, семена, мука, каши и масла обогащенные растениями и травами, такими как зверобой, амарант, шалфей, облепиха, солодка, лапчатка. Компания была создана в 1996 году и использовала богатейший научный потенциал Новосибирского Академгородка. Компания первой на рынке начала использовать метод холодной рафинации масла (патент № 2232801). Начиная с 2003г. компания начала уникальные научные исследования по обогащению льняного масла вытяжками из лекарственных трав. Возглавил эти исследования и работу по созданию рецептуры обогащенных масел профессор, доктор медицинских наук Казначеев С.В. Собственные плантации лекарственных трав позволили обеспечить высокое качество исходного сырья. Производимые компанией масла проходят обязательные клинические исследования на базе Новосибирской государственной медицинской академии, Государственной Новосибирской областной клинической больницы и других. Качество и уникальные свойства продукции высоко оценены престижными выставками и конкурсами.

Спрашивайте в магазинах в «Море чая»!!!

Алексей Обухов
Генеральный директор Санкт-Петербургского «Компаса здоровья»



Ароматные напитки для снижения веса

Самые популярные напитки на Земле после воды – чай и кофе. С них ежедневно начинают свой день миллионы людей. Наслаждаясь кофе и чаем, теперь можно не только утолить жажду, повысить тонус, но и худеть. Компания «ЛЕОВИТнутри» разработала эффективные продукты для снижения веса – чай «Похудин» и «Кофе для похудения». В них целебные свойства напитков дополнены свойствами натуральных компонентов. Клинически доказано, что все виды чаев и кофе серии «Худеем за неделю» при регулярном употреблении в течение трех месяцев способствуют снижению веса, улучшению внешнего вида, настроения и работоспособности.

Благоприятное воздействие на фигуру оказывают, прежде всего, жиросжигающие компоненты: L-карнитин, хрома пиколинат, инулин.

L-карнитин помогает поддерживать нормальную функцию мышц, участвует в процессах окисления жирных кислот, повышает выносливость, уменьшает подкожную локализацию жира. Хрома пиколинат снижает аппетит, участвует в регуляции обмена веществ, повышает активность инсулина, уменьшает тягу к сладкому, стимулирует распад жиров, нормализует функции центральной нервной системы, повышает мышечный тонус, работоспособность и выносливость. Инулин впитывает в себя воду и увеличивается в объеме, что способствует быстрому насыщению (при небольшом количестве калорий), кроме этого инулин улучшает углеводный и жировой обмен.

Приправы – корица, куркума, кардамон, имбирь – ускоряют обмен веществ, повышают эффективность жиросжигающих добавок. Корица снижает уровень сахара в крови. Куркума обладает антиоксидантными, противовоспалительными и болеутоляющими свойствами. Кардамон благотворно воздействует на нервную систему, снимает напряжение, улучшает работу мозга, очищает желудочно-кишечный тракт, обладает антисептическим и обезболивающим свойствами. Имбирь стимулирует процесс переваривания пищи, нейтрализует пищевые токсины. А энергию и бодрость дарит кофеин и гуарана. Они увеличивают сопротивляемость организма инфекциям, обладают тонизирующим действием при переутомлении и усталости, улучшают физическое и эмоциональное состояние. Дополняют волшебную смесь – витамины. Они укрепляют организм в период несбалансированной диеты, ускоряют обменные процессы в организме и повышают работоспособность.

Чай для похудения. В коллекции чая «Похудин» найдется напиток на любой вкус: черный, зеленый чай или чай каркаде. Они утолят жажду, устроят дефицит витаминов и микроэлементов и помогут вам поддерживать себя в форме.

Чай является низкокалорийным продуктом, одна чашка напитка содержит всего лишь 0,4 ккал.

Кофе для похудения. Всем известны тонизирующие свойства кофе, его способность повышать настроение, придавать бодрость и снимать усталость. К тому же кофеин ускоряет процесс выведения жиров за счет активации липолиза. Если же к популярному напитку, в состав которого входит Арабика, добавят травы и пряности, он станет более эффективным и приобретет дополнительные свойства, помогающие контролировать вес.

Те, кто не любит черный кофе, компания «ЛЕОВИТ» предлагает жиросжигающий кофе «Капучино». Наслаждайтесь мягким, нежным и ароматным «Капучино» с молочной пенкой и контролируйте свой вес.

Все напитки доказали свою эффективность при регулярном использовании в качестве компонента обычного питания. Однако большего успеха в снижении веса кофе и чай позволят добиться, если их использовать как элемент диетотерапии для снижения веса. Вы не знаете, как составить правильный рацион питания для того, чтобы быстро похудеть? Обратите внимание на комплексную программу сбалансированного низкокалорийного питания «Худеем за неделю», разработанную с учетом рекомендаций НИИ Питания РАМН, Американской диетологической ассоциации. Программа «Худеем за неделю» - это набор блюд для трехразового питания на рабочую неделю. Они созданы из отборных продуктов: круп, свежих овощей, фруктов, с добавлением трав и пряностей, - не содержащих искусственных красителей и консервантов. Комплекс дает возможность строго контролировать калорийность каждого приема пищи, обеспечивая организм питательными и биологически активными веществами и помогая следовать принципам правильного питания. Описанные выше напитки являются частью этой комплексной программы для снижения веса.

Богрова Ольга Викторовна
медицинский редактор ООО «ЛЕОВИТнутри»



БАДы НПП «Тринита»

Представляем вам 20 различных биодобавок профессора Исаева В.А., сочетания которых позволяют помочь вашему организму при наличии любых факторов риска. Все эти добавки являются разработками профессора Исаева В.А., академика Российской Академии естественных наук (РАЕН) и Международной академии натуральных продуктов и биотехнологий.

Технология их производства и методы использования при различных патологических состояниях организма человека защищены Патентами РФ. В состав разных добавок входят исключительно натуральные компоненты такие как: тканевый рыбный жир-3, мука зародышей пшеницы, клетчатка, морская капуста, протеолитические ферменты, аминокислоты, икра морских ежей Тихого океана сублимированной сушки, обезжиренная мука из семян амаранта, яблочные пектины, цветочная пыльца, тыквенное и льняное масло, различные витамины и микроэлементы и многое другое. Важно подчеркнуть, что эти составляющие соединены в каждой добавке в научно обоснованных пропорциях. Они не просто дополняют, но в каждом конкретном случае усиливают действие друг друга, обеспечивая синергетический эффект. Это стало возможным благодаря многолетним научным исследованиям профессора Исаева В.А., описанным более, чем в 100 научных публикациях.

Вся продукция зарегистрирована ФС Роспотребнадзор и имеет необходимые удостоверения качества. В проверке эффективности и безопасности продукции участвовали 30 ведущих клиник и НИИ России, в том числе: Клиника Института питания РАМН, Центральная клиническая больница Мед. Центра Управделами Президента РФ; Российский Государственный Медицинский Университет; Московский научно-исследовательский Институт педиатрии и детской хирургии; Институт общей патологии и патофизиологии РАМН; Госпиталь им. Бурденко.

НПП Тринита выпускает БАДы трех классов: Класс «0» - Класс противобактериозных компонентов; Класс «1» - Класс незаменимых жирных кислот и биотиков; Класс «2» - Класс минералов, витаминов, аминокислот и пищевой клетчатки.

Максимальный эффект оздоровления организма достигается при одновременной добавке к рациону питания добавок всех трех классов в определенной пропорции при разных проблемах или факторах риска. Если вы хотите подробнее разобраться в незаменимых факторах питания, купите в магазине «Море чая» одну из книг профессора Исаева В.А. Подобрать нужный вам курс оздоровления помогут специальная таблица, подготовленная профессором Исаевым В.А., которая есть в каждом магазине «Море чая», и наши продавцы – консультанты.

Как употреблять?

Дефицит НПП накапливается в организме постепенно, иногда годами, и ликвидировать последствия невозможно за 1 день. Главный принцип – регулярность и непрерывность. Нужно терпеливо изо дня в день снабжать свой любимый организм в оптимальных дозах недостающими незаменимыми элементами питания. Начальный курс 2-3 месяца. В отличие от лекарств, которые могут снять боль в считанные минуты, не убирая источник проблемы, продукты с НПП действуют накопительным образом, постепенно заряжая нас необходимой энергией. Необходимо также подчеркнуть, что натуральные добавки к пище не являются лекарствами, не отменяют и не заменяют лекарства, особенно в периоды обострения проблем. Но добавки к пище помогут вам сделать ваш организм здоровее, устойчивее к болезням, повысят иммунитет, помогут организму лучше справиться с внешними неблагоприятными факторами, сделают Вашу жизнь более активной и радостной.

Генеральный директор ТД «Рубин»
Александр Чудок



«Море чая» в Рыбацком на ул. Прибрежной, д. 11

Если вы хотите быть всегда бодры, свежи, здоровы; цените внимательное, доброжелательное обслуживание – тогда мы вас поздравляем! Теперь магазин «Море чая» открыт для вас в Рыбацком.

Коллектив нашего магазина молодой, энергичный, отзывчивый, всегда рад помочь сделать вам свой выбор. А выбор сделать, как всегда нелегко.

Впервые посетив наш магазин, вы будете приятно удивлены обилием ассортимента, который удовлетворит самый изысканный вкус.

Это элитные сорта чая с Шри Ланки, Тайваня, Индии, Китая, Японии и Кении. Чай белый и зеленый, желтый, бирюзовый, красный и черный – пуэр.

Каждый из них неповторим на вкус и аромат, полезен для здоровья, согреет холодной зимой и охладит жарким летом. У нас вы сможете приобрести и попробовать этнические чаи. Ройбуш – чай из южноафриканского красного кустарника. Мате – парагвайский чаеподобный напиток из сухих листьев вечнозеленого тропического дерева.

Ценителей кофе мы тоже порадуем. Это свежесжаренный кофе из Южной и Центральной Америки, который можно смолоть на профессиональной кофемолке, добившись нужного помола. Вкусный и ароматный уже в свежей кофее, зерновой и молотый, и, конечно растворимый.

А какая посуда! Посуда из исиньской глины раскрывает истинный вкус чайного листа, а посуда из жаропрочного стекла поможет увидеть красоту чайного листа и яркость цвета чайного напитка. И конечно же посуда из китайского фарфора: празднично-парадная, причудливо и очень красиво расписанная.

Вы идете в гости и не знаете что подарить? И в этой нелегкой ситуации мы постараемся вам помочь. Ведь красивая и парадная баночка с чаем принесет тепло и уют в дом, чай восстановит силы и придаст бодрость! И вас будут долго вспоминать добрым словом.

Красивы и необычайно яркие жестяные коробки с музыкальными шкатулками и великолепным чаем внутри. Изысканны и неповторимы деревянные шкатулки с чаем. Это стильный и презентабельный подарок!

И наша новинка – «витрина здоровья». Пройти мимо никак нельзя! Лечебные травяные сборы, алтайский мед, безалкогольные бальзамы из Алтая и Ново-

сибирская, льняные масла, семя льна и льняная мука, каши на основе льна. А еще вас приятно удивит полезными и вкусными маслами прямого холодного отжима из грецкого ореха, кунжута, кедрового ореха, тыквенных семечек. Ведь здоровье включает в себя много составляющих, в том числе и здоровое питание.

Чай – это не лекарство, а необходимый компонент здорового образа жизни. Приглашаем вас в магазин «Море чая» на ул. Прибрежной, д.11

Горшкова Елена
Старший продавец-консультант



МОРЕ ЧАЯ

Фирменные магазины сети «Море чая»

1. м. «Владимирская», ул. Большая Московская, д. 8 / 2, тел. 572-75-14
2. м. «пл. Восстания», ул. 1-я Советская, д.7, тел. 717-75-65
3. м. «пр. Ветеранов», пр. Ветеранов, д. 108, корп.1, тел. 364-52-30 **МОРЕ ЗДОРОВЬЯ**
4. м. «пр. Ветеранов», пр. Ветеранов, д. 50, тел. 752-61-76 **МОРЕ ЗДОРОВЬЯ**
5. м. «пл. Ленина», пл. Ленина, д.3, тел. 542-26-22 **МОРЕ ЗДОРОВЬЯ**
6. м. «Удельная», ул. Енотаевская, д.14, тел. 293-55-51
7. м. «Маяковская», пр. Литейный, д. 46, тел. 579-14-42
8. м. «Новочеркасская», пр. Новочеркацкий, д. 43/17, тел. 528-13-10 **МОРЕ ЗДОРОВЬЯ**
9. м. «Сенная площадь», наб. р. Фонтанки, д. 91, тел. 310-36-98 **МОРЕ ЗДОРОВЬЯ**
10. м. «Академическая», пр. Гражданский, д. 80/1, тел. 550-86-90 **МОРЕ ЗДОРОВЬЯ**
11. м. «Озерки», пр. Луначарского, д.52/1, тел. 296-30-34 **МОРЕ ЗДОРОВЬЯ**
12. м. «Черная речка», ул. Савушкина, д.10/2, тел. 430-60-45 **МОРЕ ЗДОРОВЬЯ**
13. м. «Рыбацкое», ул. Прибрежная, д. 11, тел. 577-84-50
14. м. «Пионерская», Коломяжский пр., д. 26, тел: 8-905-257-10-60 **МОРЕ ЗДОРОВЬЯ**
15. м. «Комendantский проспект», ул. Ильюшина, д.1, тел: 349-19-30
16. м. «пл. Ленина», шоссе Революции, д. 15, тел: 227-67-77
17. м. Маяковская, ул. Пушкинская, д. 9
18. м. «Звездная», ул. Звездная, д. 5, тел: 364-80-33 **МОРЕ ЗДОРОВЬЯ**
19. м. «Ленинский проспект», Бульвар Новаторов, д.10 **NEW!**

20. м. «Василеостровская», 6-я Линия В. О., д.29/28

Отделы «Море чая» в торговых комплексах и магазинах

1. м. «Елизаровская», ул. Бабушкина, д. 8/2, ТК «Елизаровский», секция № 32-34, тел.365-41-60
2. м. «Автов», ТК «Северная звезда», павильон № 10, пр. Стачек, д. 94-96
3. м. «Технологический институт», магазин «Медо», ул.1-я Красноармейская, д. 8/10, тел. 316-08-25

Секции и павильоны «Море чая» на рынках

1. м. «Купчино», рынок «Балканский», секция № 62, 8-905-209-59-10
2. м. «пл. Мужества», Калининская база, рынок «Конкурент», секция № 67, пр. Непокоренных, д. 63, опт и розница, тел. 329-35-56
3. м. «Московская», рынок «Южный», павильон 267, опт., тел: 8-905-203-54-55

Фирменные отделы «Избранное из Моря чая» в магазинах

1. м. «Технологический институт», фирм. маг. фабр. «Н.К.Крупской» №3, Загородный пр., д. 64
2. м. «Василеостровская», В.О., Средний пр., д. 28, магазин «Белочка»,
3. КСП Кировского района, ул. Генерала Симоняка, д.9
4. г. Колпино, отдел «Империя чая», ул. Раумская, д.1, ТЦ «Базар»
5. г. Колпино, отдел «Море чая», б-р Трудящихся, д. 15, ТЦ «Ока»
6. ул. Решетникова, отдел «Чайный домик».
7. ул. Будапешская д.33, отдел «Империя чая», ТЦ «Айсберг».

Магазины «Эксклюзив. Чай и Кофе»

1. Путиловский рынок, пр. Народного Ополчения, д. 6
2. Магазины «Веста»: ул. Седова, д.87/9; пр. Стачек, д.39; Ленинский пр., д.152, ул. Зины Портновой, д.36, ул. Пограничника Гарькавого, д.36, Шлиссельбургский пр., д.37
3. Магазины «Веста»: г. Колпино: Заводской пр., д.8, ул. Тверская, д.32, ул. Ижорского батальона, д.7, б-р Трудящихся, д.35
4. Магазин «Славянский базар», ул. Костюшко, д. 68
5. Путиловский рынок, пр. Народного Ополчения, д.6

Фирменные магазины сети «Море чая» в других городах и регионах

1. г. Коммунар, ул. Гатчинская, д.12а
2. г. Архангельск, магазин «Море чая», ТЦ «Панорама», пр. Троицкий, д.77
3. г. Великий Новгород, ул. Большая Санкт-Петербургская, д. 10
4. г. Великий Новгород, ул. Большая Московская, д. 112
5. г. Валдай, пр. Васильева, д. 32 а

Фирменные отделы «Избранное из моря чая» в других городах и регионах

1. г. Норильск, универсам «Норильчанка», Ленинский пр., д.3
2. г. Мурманск магазин «Фея» ул. Воровского, д.17
3. г. Мурманск магазин «Фея» ул. Полярные Зори, д.28/13
4. г. Мурманск магазин «Фея» ул. Маклакова, д. 31а

Торговый Дом «Рубин»

Продадим любые продукты из этой газеты ОПТОМ!

16 лет на рынке России.

Сеть магазинов «Море чая».

Поставки чая в 300 магазинов Санкт-Петербурга.

Работа с поставщиками и покупателями по всей России.

Приглашаем партнеров к сотрудничеству!

www.tdr.ru (812) 600-12-25

Отдел региональных продаж: (812) 600-12-91

E-mail: region@tdr.ru

Отдел городских продаж: (812) 600-12-93

E-mail: cot@tdr.ru

196135, Санкт-Петербург,

ул. Гастелло, д.20

Газета зарегистрирована в Управлении Федеральной службы по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия по Северо-западному федеральному округу. Свидетельство ПИ №ФС2-8932 от 18.12.2007г.
Уредитель: ООО «Имидж». Адрес: 194902, Санкт-Петербург, пос. Парголово, ул. Шиншона, д. 277, лит. Ж. Адрес редакции: 190031, Санкт-Петербург, наб. р. Фонтанки, д. 91
Тираж номера: 120 000. Заказ № ТД-3288
Отпечатано в типографии: ООО «Типографский комплекс «Девиз», 199178, Санкт-Петербург, В.О., 17 линия, д. 60, лит. А, помещение 4Н.

КЛУБ ЧАЙНОЙ КУЛЬТУРЫ РЕКОМЕНДУЕТ

Клубные чаи от Лао Сюна:

В сентябре в Китае, в соответствии с лунно-солнечным календарём, со времен седой древности, в полнолуние, на 15-е сутки восьмого лунного месяца (период близкий к осеннему равноденствию) отмечается Праздник Середины осени. Это время сбора урожая, время созревших яблок, время единения семьи за общим столом. Второй раз семья в полном составе собирается только весной на Новый год.

Осенью люди поднимаются в горы к чайным садом дышать прохладным чистым воздухом, любоваться красотами природы, созерцают полную луну и признаются друг другу в любви. Полная луна - образ единения; предшествующие празднику дни, удачны для свадеб, время созревших яблок, время единения семьи за общим столом. Второй раз семья в полном составе собирается только весной на Новый год. Следует избегать ссор между близкими людьми, угрозы кризиса, опасаться мелких краж. В доме следует соблюдать покой и избегать активных движений. Больше внимания необходимо уделять младшим детям. В последний месяц осени всё живое погружается в спячку. Дыхание ци становится чистым и прохладным. Не следует стоять долго на остановках, на прохладном ветру, лучше пройтись пешком остановку-две. Желательно меньше есть сырой и холодной, а также острой пищи, не употреблять в пищу имбирь, можно увеличить количество кислой пищи. Чеснок в это время наносит урон духу шэнь, укорачивает срок жизни. В ноябре, если есть возможность, лучше рано ложиться и поздно вставать - беречь ощущение тепла и комфорта.

Чая в осенние дни следует пить не менее 2-х литров в день, и самые разные, и не крепко заваренные.

На основании китайских источников Лао Сюн рекомендует в сентябре-октябре пить желтый и черный чай, в ноябре - зеленый и желтый. Чаепитие "по-сезону" наиболее благоприятно воздействует на работу внутренних органов, способствует умеренности и удачно!

В результате все дела будут складываться удачно! "Море чая" готово к щедрости "бабьего лета" и грядущим похолоданиям с пронзительным балтийским ветром и предлагает, любителям и ценителям напитков, чай "небесного вкуса", как справедливо считают наши соседи на все времена, жители Китая.

«Цзюнь Шань Инь Чжень» (Серебряные Иглы с Гор Бессмертных). На озере Дунтин, провинции Хунань, возвышается остров, на нем 72 горные вершины причудливых форм с поэтичными названиями и преданиями старинных освещающих солнцем круглый год. Желтые чаи близки к зелёным, но, благодаря легкой ферментации, дают желтый настой при заваривании. Процесс изготовления состоит из многих операций и длится более 3-х суток. Используются чайные почки, около 25000 на 1 кг чая, - золотистые сочные почки, покрытые серебристым пушком. В прозрачном бокале почки,

то опускаются на дно, то поднимаются вертикально, до 3-х раз, как войско на параде. Этот чай и называют так: три подъема, три опускания. Три сорта: высший, первый и второй. Качество - легендарное!

Зелёные чаи - их множество. Вот некоторые из них: «Лун Цзин» (Колодец Дракона), «Чжень Ло» (Зелёные спирали), «Чжень Чжу» (Зелёные жемчужины), «Лю Ань Гуа Пянь» (Тыквенные семечки из Лю Аня), «Мао Фэн» (Ворсистые пики) и др.

«Мао Фэн» собирают ранней весной, в пору набухших почек и первых нежных листьев. Чай не должен потерять нежности и свежести - его обрабатывают в день сбора. Утренний сбор готовится после полудня, послеобеденный - ночью. Некрупные листья напоминают воробьиные язычки, золотисто-желтые или цвета слоновой кости. Настой прозрачный, крепкий, свежий, насыщенный и сладкий. Особенно хорош «Хуан Шань Мао Фэн» (Ворсистые пики Желтых гор).

Улунские чаи полезны всем, кто нуждается в восстановлении жизненных сил и бодрости. «Те Гуань Инь» (Железная Ботхисатва Гуаньинь), «Най Сянь Цзинь Сюань» (Огненный цветок с молочным ароматом), Хуан Цзинь Гуй (Золотая корица), Гуй Хуа Улун» (Улун с цветками коричного дерева), «Дун Дин» (Морозные пики).

«Улун с горы Дундин» - чай островной, полуперезрелый. В сухом виде - плотные комочки в форме шара чернильно-зеленого цвета с масляным блеском. Аромат чистый, стойкий, насыщенный как у старого доброго вина. Лист в заварке зеленый, с красной каймой. Улунские чаи, по степени ферментации - продукт промежуточный, между зеленым и красным чаем. Это всегда граница между чем-то известным вкусом и чем-то прекрасно непредсказуемым.

О черном чае – «Пуэре», визитной карточкой китайской провинции Юньнань, на древних юго-западных рубежах Китая, можно сказать "самый древний, самый модный". Родина чайного дерева - южная Юньнань, район Шиуаньбаньна. В дикой природе чай - это дерево прямостоящее до 10 м и более высотой. Листья крупные, мясистые. Уже в конце I тысячелетия н.э. этот чай обменивался на рынке высоколиквидных товаров: войлок, ткани, соль, чай. Изготавливался в виде комков и лепешек. Собранные листочки сушили на солнце, получая "грубый чай" маоча, затем пропаривали и прессовывали. Упаковывали в дальнюю дорогу в Пекин, Тибет, Лаос, Тайланд и др. в бамбуковую тару; в пути чай сбрызгивали холодной водой, чтобы не иссушился и не крошился. В листе происходила холодная, медлен-



Лао Сюн – старейший сотрудник, эксперт чайной компании «Торговый Дом «Рубин», настоятель Северо-Западного Клуба Чайной Культуры «Море чая» завершает рубрику в нашей газете, в которой давались советы, в каком месяце года какой чай полезно пить...

ная ферментация. В результате терпкая "зелень" смягчалась, улучшался аромат, менялся цвет настоя до цвета черного шоколада. Чай выдерживали специально годами. Чай дозревал и зрел... Уже в наше время, после 1970г. придумали технологию влажного скирдования - чай перед пропариванием и прессованием держали в кучах. Внутри кучи высокая влажность и температура, ферментация идет за счет работы бактерий. Дальнейшее обжаривание останавливает ферментацию и дезинфицирует сырье. Чай назывался шэньча. «Пуэр» обладает множеством особых лечебных качеств. Помогает желудку, питая и защищая его, способствует похудению и нормализации обмена веществ, выводит избыток сахара в крови, даже снимает похмельный синдром. В «Море чая» сейчас имеются популярные чаи «Пуэр Дворцовый», «Пуэр Императорский», «Пуэр Мини То Ча». Это чаи рассыпные. А есть и «драгоценные Пуэры» в виде лепешек, дисков, ласточкиных гнезд, кирпичиков. Их придется ломать на порции перед заваркой, как и 100 летия назад. Китайцы рекомендуют перед завариванием «Пуэр» промыть кипятком, а затем заваривать при температуре более 95 градусов, выдерживая 1 минуту, чай отдаёт до 10-15 заварок. Благодаря старости чай дает мягкие, обволакивающие нотки с запахом сухофрукта. Поэтической утонченной добавкой к вкусу может служить чайная хризантема. «Пуэр» - это чай, который можно пить, хранить и дарить. Чай хранит время, историю. Человек, вставший на Путь чая, обязательно прильнет к этому культурному богатству, наслаждения вкусом и общению с близкими и друзьями.



Михаил Линский
настоятель Северо-Западного Клуба Чайной Культуры