







ХЛЕБ\*СОЛЬ®

Москва 2020



# Оглавление

	Вступление .....	5
	Предисловие .....	7
	Введение .....	8
<b>ЧАСТЬ ПЕРВАЯ</b>	<b>Из сада в чашку .....</b>	<b>15</b>
	Разведение чая .....	17
	Сорта чая .....	29
<b>ЧАСТЬ ВТОРАЯ</b>	<b>От терруара к терруару .....</b>	<b>33</b>
	Китай .....	35
	Япония .....	87
	Тайвань .....	123
	Индия .....	153
	Шри-Ланка, Непал, Вьетнам и восточное побережье Африки .....	185
<b>ЧАСТЬ ТРЕТЬЯ</b>	<b>От чашки до тарелки .....</b>	<b>197</b>
	Искусство готовить чай .....	199
	Краткое руководство по дегустации .....	209
	Чай в гастрономии .....	219
<b>ЧАСТЬ ЧЕТВЕРТАЯ</b>	<b>Чай и здоровье .....</b>	<b>245</b>
	Химические составляющие чая .....	246
	Благоприятные свойства чая .....	248
	Биохимический анализ 35 чаев .....	250
	Алфавитный указатель .....	264
	Благодарность .....	266
	Библиография .....	267
	Фотоматериалы предоставлены .....	268

## ВСТУПЛЕНИЕ

Моя первая встреча с многогранным миром чая произошла в начале 1990-х годов. В тот период я был полностью погружен в смутные, но пьянящие часы учебы, готовясь к международным конкурсам сомелье, особенно к тем, что проходили в Париже в декабре 1994 г. и в Токио в июне 1995-го. Всем известно, что профессия сомелье требует основательных знаний в сфере вина. Зато мало кто знает, что она требует еще и отличного знания кухонь мира и других алкогольных напитков, а также воды, кофе и, конечно, чаев.

Однако же начало истинному интересу к чаю было положено в течение моих двух первых поездок в Японию в 1995 и 1997 годах. Тогда я был сражен анисовыми ароматами кервеля, фенхеля, свежестриженого газона или куриного бульона некоторых выдающихся японских сортов чая, таких как сэнтя и гёкуро. И все это не считая того понимания, которое пришло ко мне, их гармоничной власти за столом. С той поры чай навсегда заменил мне кофе!

В 2001 году в связи с проблемами со здоровьем я стал изучать оздоровительную силу пищи, чтобы вернуть собственному телу способность к самовосстановлению. Так наступил следующий этап в развитии моей страсти к чаю. Все существующие на сегодняшний день научные работы сходятся в одном: активные соединения чая, в частности катехин, присутствующий также в красном вине, какао, корице, чернике, клюкве, клубнике, малине, ежевике — продуктах, которые принято подавать на стол вместе с чаем, — оказывают более чем благоприятное воздействие на физическое и психическое здоровье, поскольку увеличивают производство альфа-ритмов, расслабляющие волны которых создают релаксирующий эффект для мозга.

И, наконец, третьим этапом, сыгравшим не менее значительную роль в моем пристрастии

к настоям, приготовленным из этого векового растения, стали чайные бутики *Camellia Sinensis*. Благодаря знакомству с командой в высшей степени увлеченных профессионалов, которые там работают, мои познания и наслаждение умножились в сотни и даже в тысячи раз, ибо мир чая практически не имеет границ.

И все же для завершения картины и полного удовлетворения не хватало «финального акта». Этим финальным актом, настоящим памятником во славу чая, стала данная книга, которую дарят вам дегустаторы и импортеры *Camellia Sinensis*. Это своего рода «храм чая», умело возведенный ими благодаря многочисленным путешествиям по величайшим чайным плантациям мира и их энциклопедическим знаниям.

В отличие от всех предыдущих публикаций, чтение этой книги-ориентира, которая, конечно, найдет читателей во многих странах, позволит вам наконец с упоением погрузиться в мир чая.

Вы узнаете все об истории чая, его сортах, производителях, терруарах и сложном производстве. Вы познакомитесь со способами его приготовления, дегустации, со словами для его описания, с идеями гармоничной подачи и, конечно, многочисленными полезными свойствами. К тому же благодаря предложенным в этой книге рецептам от лучших поваров Квебека вы научитесь готовить множество блюд на основе чая.

Наконец, эта работа представляет собой пищу для ума и тела как для заядлого любителя чая, так и для новичка. Она является открытой дверью в мир культуры и цивилизации. Позвольте же ее флюидам увлечь вас за собой...

Франсуа Шартье,  
сомелье и хроникер кулинарной рубрики  
газеты *La Presse* в Монреале



Сад Тиатола в Нилгири, Индия.

Философия чая — это не просто эстетика в обычном понимании, ведь она помогает нам выразить одновременно с этикой и религией наше целостное восприятие человека как части природы. Это гигиена, ведь она побуждает нас к чистоте; это экономия, ведь она учит, что комфорт скорее в простоте, чем в сложности и тратах; это геометрия морали, ведь она определяет наши направление и пропорции по отношению к Вселенной. Наконец, она представляет собой истинный дух демократии Дальнего Востока, ведь все ее адепты становятся аристократами вкуса.

Окакуро Какудзо, *Книга чая*

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Чай — поистине универсальный напиток. Неважно, где вы живете: в монгольской юрте, кочевье берберов посреди пустыни, в доме в Азербайджане или с видом на зеленые ирландские пейзажи, а может быть, в горах, где-то в Новой Зеландии, — чай согреет вас в холода и освежит в жару. Чай встречает приглашенных гостей, и он же заменяет обещание вернуться при прощании. Родом из Китая, он пересек все мировые границы. Благодаря его свойствам его знают и уважают, благодаря его вкусу — любят.

Чай, воспеваемый поэтами и обожаемый императорами в прошлом, сегодня является самым употребляемым напитком в мире и неотъемлемой частью питания миллионов людей из любых слоев населения. Тысячи лет истории, богатство различных культур и благородство традиций сделали его мир бескрайним. Будь то первый весенний урожай, урожай священных гор Китая или высот Дарджилинга, каждая чаша чая рассказывает свою историю, раскрывает особое мастерство тех, кто его готовит, напоминает о пейзаже тех мест, где рос чай. Добавьте богатейший опыт чаеводов, получающих и передающих по наследству вековые традиции, и вы получите уникальный продукт высочайшего качества.

За многие годы наш подход дегустаторов и импортеров позволил нам узнать терруары чая, способы его выращивания и обработки, его роль в культуре и экономике стран-производителей, ритуалы, сопровождающие его употребление, и причины, по которым он получил признание с течением времени. Все это обогатило нашу практику и знания. Эта книга отражает путь, по которому, мы надеемся, вы отправитесь во вкусовое путешествие.

Мы предлагаем вам западный подход к чаю, уделяя при этом должное внимание как растению и месту его произрастания, так и мастерам-чаеводам, посвятившим ему свое существование. Не стоит забывать, что, как и вино, чай представляет собой самый невероятный продукт, который человечеству удалось создать, используя ценнейшие знания, полученные в наследство от предшествующих поколений, и особенные свойства окружающей среды.

Гюго, Жасмин, Франсуа, Кевин  
и коллектив Дома чая *Camellia Sinensis*

## ВВЕДЕНИЕ

## Разные способы пить чай

Сегодня чай употребляют миллионы любителей во всем мире, что, разумеется, привело к тому, что напиток адаптировался в разных культурах. Еще до того, как в западных странах его стали считать напитком аристократов и буржуазной элиты, в Китае его употребляли прежде всего из-за его целебных свойств. Кочевники добавляли чайные листья в качестве специй в суп или другие блюда, что позволило им сбалансировать свое питание, содержащее мало витаминов и слишком насыщенное жирами. Уже в I веке до нашей эры в Медицинском трактате Шэнь Нуна, первом медицинском труде, утверждается, что стимулирующие свойства чая «придают телу бодрость, а глазам блеск». С каждой новой эпохой, новой династией обработка чайных листьев и методы приготовления напитка значительно менялись. В Китае употребление чая условно делится на три основные эпохи в соответствии с тремя династиями (Тан, Сун, Мин). Сначала его кипятили, затем толкли, а потом заваривали. Во II веке чай стали рассматривать как полноценный напиток, однако он предназначался лишь для императоров и знати. Только много позже, примерно в VII веке, чай вошел в жизнь простого народа. Во времена правления династии Тан (618–907 годы) Лу Ю, считающийся первым знатоком китайского чая, посвятил чаю книгу, рассказав о его культуре и приготовлении. Именно благодаря ему приготовление чая стало искусством. Вот что он пишет в своем трактате Ча Цзинь (или «Чайный Канон»):

«У чая тысяча и одно лицо. Некоторые из них имеют дубильный привкус кожаных сапог варваров, другие выпуклые, как грудь зебу, или округлые, как завитки облаков, плывущих над горой. Есть и те, что напоминают обдуваемые ветром волны или тонкую глиняную черепицу, полив которую можно получить маслянистый и густой эликсир».

Чай издавна был предметом торгового обмена. В конце VI столетия началась торговля чаем с соседними странами, и постепенно набрав обороты, она продолжилась в течение правления династии Тан. В обмен на килограммы чая можно было получить лошадей и шкуры животных. В VII веке, в то время, когда чай становился национальным китайским напитком, обильные урожаи провинций Юньнань и Сычуань отправлялись на север, в тибетский город Лхаса, по пути, который позднее станут называть Древним Чайным Путем. Это путешествие длиной в полторы тысячи километров и полное опасностей занимало целый год с момента отправления и до возвращения домой.

На этом легендарном пути, встречая кочевников запада Китая, а также монголов, турок и жителей Тибета, чай завоевывал все больше и больше поклонников.

На Тибете, где чаю придавали большое духовное значение, в него добавляли соль и масло яка или козье молоко. Будучи символом

**ПЕРВОЕ УПОМИНАНИЕ О ЧАЕ** В различных древних китайских текстах говорится о траве тую, горьком растении, служившем в качестве подношения предкам. Однако первое упоминание об употреблении чая было зафиксировано в Ши-Цзинь («Книге песен», датируемой VIII веком до нашей эры)





Чайный путь в 2007 году.





Самовар.

гостеприимства, этот соленый напиток, приготовленный в виде отвара, и в наши дни подается в деревянных пиалах.

В IX веке буддистские монахи, совершавшие паломничество в Китай, положили начало чайной традиции и в Японии. Ежедневное удовольствие от испития чая было отточено, превращено в обряд и приобрело духовное значение, когда японцы создали «путь чая» (тядо), настоящее искусство жизни, охватывающее основы японской культуры. Это направление проповедует гармонию, уважение, чистоту и спокойствие в качестве фундаментальных заповедей.

С развитием множества путей, облегчающих торговлю, чай стало проще экспортировать. Строительство многочисленных портов, в том числе в Гуанчжоу (Кантон) во времена правления династии Сун (960–1279 годы), позволило создать морской торговый путь между Китаем, Кореей и Японией. В XVII веке торговые караваны привезли чай в Россию, Иран, Турцию и Египет.

В России обычай пить чай получил широкое распространение в XIX веке с изобретением самовара. На верхней части резервуара с водой, нагреваемого с помощью древесного угля, находится небольшой чайник с сильно концентрированным настоем чая. Так, каждый сотрапезник может приготовить себе чай, добавив в свою чашку небольшое количество крепкой заварки и разбавив ее горячей водой по своему вкусу. Иран, Турция и Афганистан тоже стали использовать самовар.

Примерно в 1610 году благодаря голландским судам первый груз с чаем достигает

**ПРОИСХОЖДЕНИЕ СЛОВА «ЧАЙ»** Слова, используемые для обозначения чая в разных странах, имеют связь с торговыми путями, по которым он был завезен. Так, в странах, куда чай был завезен морским путем, слова, обозначающие чай, начинаются на «Т»: tea по-английски, tee по-немецки, thé по-французски, te по-итальянски, — все это варианты термина t'е, заимствованного из диалекта миньнань китайской провинции Фуцзянь. В свою очередь, страны, познавшие чай через континентальный путь (Тибет, Индия, Иран, Россия), используют слова, начинающиеся со звука «Ч», наподобие мандаринского ча.

Европы через порт Амстердама. Голландцы отправляют его в Италию, Германию и Португалию.

В 1645 году первые ящики с китайским чаем доставлены в лондонский порт. Благодаря Екатерине Браганской, супруге английского короля, чайный обычай был быстро принят при дворе, а также в узких буржуазных кругах. Лишь когда герцогиня Бедфорд (1783–1857 годы) вводит обычай *five o'clock tea* («файв о'клок», английский обычай пить чай в 17 часов. — Прим. пер.), чай входит в жизнь и обычных рабочих. После промышленной революции был установлен новый режим рабочего времени, который сдвинул вечерний прием пищи на несколько часов и освободил таким образом небольшой перерыв на чай. Этот перерыв способствовал внедрению чая в народные круги. Время чаепития в Англии носит объединяющий характер, оно в некотором роде останавливает бег времени, разбавляя повседневную рутину. Чай сопровождают сэндвичами, сконами, печеньем или пирожными и обычно добавляют в него сахар и немного молока.

В XIX веке, когда Китай еще обладал монополией на продажу чая, британцы, чтобы обойти китайских посредников, начали выращивать чай в Индии. В настоящее время чай играет значительную роль как в экономике этой страны, так и в народных обычаях. Там его любят пить, как правило, очень крепким с добавлением различных специй и сваренным в молоке (*chai*). Этот напиток продается на улице, а пьют его из одноразовых глиняных пиал, которые по традиции принято выбрасывать после использования.

В Марокко церемониал питья мятного чая, получивший распространение в XIX веке, стал символом гостеприимства и общительности. Это национальный напиток, который представители всех общественных классов употребляют в любое время дня и ночи. Метод его приготовления меняется в зависимости от регионов, но чаще всего чай кипятят в металлическом чайнике и добавляют в него мяту и сахар (а иногда и вербену или полынь). Затем чай разливают в стаканы, поднимая чайник очень высоко, чтобы напиток пенился и в то же время остывал.



В алжирской части Сахары туарег разливает мятный чай.

## Важные исторические даты

2737 г. до н.э.	Легенда об открытии чая «божественным императором» Шэнь Нуном.
122 г. до н.э.	В «Книге Песен» (Ши-Цзинь) впервые упоминается об использовании листьев чая.
618–907 гг.	Династия Тан и первая эпоха чая: кипяченный чай.
Приблизительно 700 г.	Чай начинают выделять среди других горьковатых растений при помощи идеограммы cha.
Приблизительно 780 г.	Лу Ю посвящает чаю первую книгу, «Чайный Канон» (Ча Цзинь).
Приблизительно 805 г.	Благодаря буддистским монахам чай появляется в Японии.
960–1279 гг.	Династия Сун и вторая великая эпоха чая в Китае: эпоха молотого чая.
1191 г.	Монах по имени Эйсай (1141–1215 гг.) привозит в Японию первые семена чая и пишет трактат о медицинских свойствах чая в 1214 году.
1368–1644 гг.	Во времена правления династии Мин начинается эра завариваемого чая, каким мы знаем его сегодня.
1582 г.	Сэн-Но Рикю разрабатывает японскую чайную церемонию в соответствии с принципами гармонии, уважения, чистоты и спокойствия, свойственными буддистскому движению.
1599 г.	Елизавета I создает Британскую Ост-Индскую компанию, добившись таким образом практически полной монополии в торговле чаем до 1834 года.
1610 г.	Первый импорт чая голландцами на территорию Европы зафиксирован в Амстердаме.
1641–1853 гг.	Япония прекращает международную торговлю.
1645 г.	Первые ящики с чаем выгружены в лондонском порту.
1712 г.	Кемпфер делает первое ботаническое описание чайного куста в <i>Thea japonense</i> .
1773 г.	«Бостонское чаепитие». Восстание против высоких налогов на чай Ост-Индской компании, обладавшей монополией на торговлю чаем в британских колониях. Груз с чаем трех судов выброшен в воду. Начало американской Войны за независимость.



Торговые отношения между Англией и Китаем портятся. Англичане начинают незаконную торговлю опиумом в Китае, чтобы китайцы, пристрастившиеся к наркотику, обменивали чай на опиум.	Конец 1700-х — начало 1800-х гг.
Роберт Брюс открывает дикий чай в джунглях Ассама.	1823 г.
Открытие Чайной биржи в Лондоне.	1834 г.
Заккрытие порта в Гуанчжоу (Кантон) с целью прекращения незаконной торговли опиумом. Первая «опиумная война» между Китаем и Англией завершается Нанкинским договором в пользу Англии.	1839–1842 гг.
Британская империя поручает шпиону Роберту Фортьюну раскрыть китайский секрет выращивания чая.	1848 г.
Вторая «опиумная война» в Китае. Тяньцзиньский англо-китайский договор.	1856–1860 гг.
Начало чайного производства в Дарджилинге.	1859 г.
Знаменитая чайная гонка из Фучжоу (Китай) до лондонского порта, в которой соперничали Ариэль и Типинг.	1866 г.
Паразит <i>Nemileia vastatrix</i> уничтожает плантации кофе в Шри-Ланке. Спустя несколько лет это же бедствие настигнет и чайную культуру.	1869 г.
Томас Саливан изобретает чай в пакетиках.	Приблизительно 1910 г.
Изобретение процесса гранулирования чая CTC (от английского crushing, tearing, curling), позволившего производить чай в крупных масштабах.	Приблизительно 1930 г.
Появление нового способа ферментации чая пуэр для ускорения его старения.	Приблизительно 1970 г.
Начало чайных соревнований Люкю в Тайване.	1976 г.
Селекция 22 культиваров, считающихся лучшими, для производства чая в Китае.	1987 г.
Конец спекуляций на чаях пуэр.	2007 г.



ЧАСТЬ ПЕРВАЯ

# ИЗ САДА В ЧАШКУ