



Введение

Монголия, как и многие другие страны имеет богаты традиции по части культуры чаепития. Здесь при приготовлении чая используют, так называемый, плиточный (или кирпичный) зеленый чай. Сырьем для кирпичного чая служат огрубевшие побеги традиционного зеленого чая. Данный вид чая весьма удобен при перевозке и хорошо сохраняется при хранении. Когда монголы готовят чай, то откалывают небольшой кусочек от этих плиток, измельчают его и заваривают. Поэтому данный чай весьма популярен среди среднеазиатских народов, большая часть истории которых была кочевая.

В данной статье стоит упомянуть и о [японской чайной церемонии](#). В азиатских странах чайная церемония - это вообще целое искусство, которое напоминает медитацию. Данный процесс приносит состояние уравновешенности и здесь не нужно спешить. При проведении чайной церемонии, вы сможете отдохнуть, забыть о проблемах, отбросить посторонние мысли и пообщаться с другими участниками чаепития. Чайная церемония представляет собой отличный сюрприз для ваших близких.

Главные составляющие монгольского чая: сам кирпичный зеленый чай, мука, молоко, масло, соль. Вот такой удивительный состав. Состав монгольского чая может

изменяться в зависимости от региона. В плиточном чае может быть разное молоко: козы, коровы, верблюда и так далее. Масло иногда заменяют топленным салом. В некоторых случаях даже добавляются специи. Это даже может быть черный перец.

Полезные свойства плиточного чая

Данная разновидность чая очень полезна, поскольку в монгольском чае есть много витамина С, катехинов и кофеина. Данный состав очень хорошо действует на организм и дает ему силы, чтобы побороть всевозможные недомогания.

Как готовится монгольский чай?

С целью приготовления кирпичного чая нужно растереть плиточный чай в порошок (от одной до трех столовых ложек чая). Залейте полученный порошок литром холодной воды и поставьте кипятиться. После закипания нужно добавить от 250 до 500 грамм молока, пережаренную с маслом муку (до 100 грамм), топленое сливочное масло (столовую ложку) и рисовую крупу (четверть стакана). Далее все это доводится до готовности и потом по вкусу солим.