

### De L'arbre à la Tasse

L'arbre à thé est un arbre originaire du sud-ouest de la Chine dans le Yunnan, appelé par les botaniques **Camelia Sinensis**.

Le théier est un arbre à feuilles persistantes, pouvant atteindre de 10 m à 15 m, jusqu'à 20 m pour certaines variétés. Sa hauteur est limitée par la taille en culture. Il existe des théiers sauvages plusieurs fois centenaires faisant plus de 30 m.

Les feuilles de thé récoltées sont brillantes, claires et souples, avec une texture assez épaisse.

Le thé est largement cultivé en zones tempérées chaudes ou tropicales, principalement en Chine, en Inde, au Sri-Lanka (Ceylan), au Japon, mais aussi au Kenya, en Turquie, en Indonésie, ...

Il existe une grande variété de théiers obtenus par clonage, multiplication à partir d'une graine ou d'un plan bouturé.

#### **Camelia sinensis sinensis**

à l'état sauvage sa taille avoisine moins de 5 m. Les feuilles sont petites (de 3 à 10 cm), rigides et mates. Le théier type chinois et ses hybrides sont cultivés dans des régions pouvant subir des températures basses (Japon, Chine, Géorgie, Iran, Turquie) ainsi que dans les plantations de haute altitude. Il est robuste et a une relative bonne résistance à la sécheresse. C'est la plus ancienne espèce de théier connue et cultivée. Elle donne des thés parmi les plus recherchés. Certains plants toujours cultivés auraient plus de mille ans.

#### **Camelia sinensis assamica** :

Il peut atteindre plus de 15 m à l'état sauvage. Feuilles brillantes, claires, souples et grandes (jusqu'à 20 cm) à texture assez épaisse. Le théier type *assamica* et ses hybrides sont présents dans des régions connaissant de fortes pluies (la mousson) telles les plantations de plaine. Il fut «découvert» en 1823 en par le Major Robert Bruce en Assam et ensuite cultivé dans toute l'Inde et au Sri Lanka par les compagnies britanniques. La majorité du thé produit dans le monde provient de cette variété.

#### **Camellia sinensis cambodiensis**

de 6 à 10 m, à feuilles brillantes, et jaune vert lorsqu'elles sont jeunes. Taille intermédiaire entre le *sinensis* et l'*assamica*.

**SAVEURS ET HARMONIE**

**24, rue de la Colombette Toulouse**

**Tel : 05 61 99 32 98**

**<http://www.saveursharmonie.com/>**

# Feuille de thé

## Le thé du mois

### Clair de lune

Est un Yunnan blanc, récolté au printemps, formé d'une sélection de premières pousses.

Les feuilles sont longues, noires et blanches, selon qu'elles ont gardé ou non leur duvet ou qu'elles se sont lustrées au séchage.

### Matcha

“Mousse de Jade liquide”. Thé vert prestigieux, réduit en poudre à l'aide d'une meule en pierre et destiné à la cérémonie du Cha No Yu. Battu au fouet dans un grand bol, tonique et puissant. Thé vert japonais

### Bao Zhong Pouchong

Planté sur les collines du Nord de Taïwan, sous un climat frais et humide toute l'année, sur un sol très fertile. Les longues feuilles d'un vert-sombre donnent une infusion claire, couleur de miel, aux accents fleuris. Thé oolong, semi fermenté.

## La recette du mois

### Muffins au thé matcha et groseilles

Ingrédients :

250g de farine, 100g de sucre, 100g de beurre, 300ml de lait, 1oeuf, 1 zeste de citron, 1 pincée de sel, 1cc de levure chimique, 150 de groseille fraîches, 2cc de thé matcha

Dans un saladier, battez le beurre tempéré avec le sucre. Ajoutez le jaune d'œuf, fouettez pour obtenir un mélange lisse et blanchi. Faites tiédir le lait. Ajoutez la farine, la levure et le sel au mélange. On obtient un mélange grossier sur lequel vous allez verser petit à petit le lait tiède. Ajoutez le thé matcha.

Monter le blanc d'œuf en neige et l'incorporer délicatement au mélange. Versez la pâte dans les moules à muffins à mi-hauteur (n'oubliez pas de les beurrer s'ils ne sont pas en silicone). Répartissez des groseilles lavées et équeutées. Versez le reste de pâte et décorez avec quelques groseilles.

Placez au four 25min à 200°C (th.6-7)

Démoulez 5min après la sortie du four.

## Petite astuce

Le Thé Vert atténue les rougeurs et calme les peaux sensibles. Utilisé en compresse sur les yeux, il décongestionne. Il est censé illuminer les cheveux châtains ternes.

## Les Saveurs du Lundi

Le premier lundi du mois, pour vous apporter sérénité et bonheur, **Saveurs et Harmonie** ferme ses portes à **19 H** pour mieux vous accueillir....

Je vous propose «**Les Saveurs du Lundi**» pour découvrir une sélection de thés. Le thème du mois est indiqué sur votre **Feuille de thé**.

Inscrivez-vous par retour de mail ou à **Saveurs et Harmonie**.

Participation : **6 Euro**

*Lundi 6 juillet : découverte des modes de consommation dans le monde*