

En chinois, *wu long* (oolong) signifie littéralement «dragon noir» et fait référence à la couleur très sombre et la forme tortueuse que prend parfois la feuille de thé en séchant. Une légende lui prête une autre histoire.

Wu liang, un planteur chinois, cueillait des feuilles de thé lorsqu'il aperçut un cerf. Il interrompit sa récolte pour chasser l'animal, et une fois rentré chez lui, il prépara le gibier et oublia de faire sécher ses feuilles de thé.

Lorsque, quelques jours plus tard, il se souvint de sa précieuse récolte, il constata que les feuilles de thé avaient changé de couleur. Il les torréfia néanmoins, les mit à infuser et fut extrêmement surpris par les parfums étonnants, doux et aromatiques, qu'elles libérèrent. Le secret de cette découverte fit le tour de toute la province, et de bouche à oreille, le nom de *Wu Long cha* ou *thé du dragon noir*.

Chloé

SAVEURS ET HARMONIE



24, rue de la Colombe Toulouse
Tel. : 05 61 99 32 98
<http://www.saveursharmonie.com/>

Feuille de thé

Le thé du mois

Le thé semi-fermenté ou oolong appelé également thé bleu vert a subi une oxydation qui a été interrompue en cours d'exécution. Chaque région pratique sa propre méthode et utilise un degré de fermentation plus ou moins élevé, ce qui définit son goût.

Les feuilles sont récoltées à un stade précis de maturation, ni trop jeunes, ni trop mûres, elle renferment moins de tanins et de théine que les jeunes pousses. Le **Flétrissage** a lieu en salle ou au soleil pendant 1 à 4 heures puis on laisse les feuilles dans une pièce fraîche et humide, ceci deux fois de suite ce qui permet de les attendrir. C'est au cours de la sudation que se produit l'**oxydation** : cette opération délicate va parfaire l'aromatique du thé ; la difficulté réside dans l'arrêt de la fermentation au meilleur moment, par **torréfaction**. Les feuilles sont chauffées brutalement dans des fours ou au wok à une température de 200°C de 30 secondes à 5 minutes afin de détruire l'enzyme responsable de la fermentation.. Le thé est ensuite roulé, séché et emballé pour votre plus grand plaisir.

Jade oolong

Un thé exceptionnel qui pousse dans la région des montagnes Tung Ting à Taïwan. C'est un oolong fermenté à 30 % qui donne une tasse dorée, très aromatique : son goût fait songer aux fleurs de pêchers.

La recette du mois

Poisson au thé vert et au gingembre

pour 4 personnes
700g de thon, 1 cuillère à soupe de thé vert nature ou citron gingembre, 40g de gingembre frais, poivre du moulin
Portez à ébullition 40cl d'eau, laissez infuser le thé 5 minutes
Faites dorer le thon dans une poêle anti-adhésive à sec
Pelez et émincez finement le gingembre
Mettez tous les ingrédients dans une cocotte ou le cuit vapeur
Couvrez et laissez mijoter au moins une heure à feu doux en retournant le thon de temps en temps pour bien l'enrober de sauce.
Vous pouvez améliorer la sauce avec de la mélasse ou un caramel et de la sauce nuoc-mâm. Poivrez à votre goût et évitez de saler.

A vos essais

Petite astuce

Les feuilles de thé infusées constituent un excellent engrais. Pour les plantes vertes d'appartement ou en jardinières ou en plein sol on ajoute un mélange de marc de café et de feuilles de thé à la terre et voici vos plantes revigorées avec un beau feuillage.

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 4 août : une sélection de thés oolong