И снова лето! И снова печет так, что плавится мозг! Умные мысли не хотят укладываться в головах в стройные ряды плодоносных идей! После жгучего и мучительного трудового дня ныряешь в полутемную прохладу родного жилища и с надеждой припадаешь к чреву своего наищедрейшего из друзей - холодильника!

А там, в самом затаенном уголке нижней полочки, поджидает животворящий стеклянный графинчик с чудодейственным средством и от жары, и от полного отупения, и от неприятного соседа в общественном транспорте. Извлеченный из недр и водруженный на столе, он истекает медленно сползающими по округлым бокам жемчужными капельками влаги! А внутри еще чуть колышется нежно-золотистый напиток - ледяной чай! Ты припадаешь к нему, и, с каждой поглощенной каплей, оживает твоя душа, оживает истощенное жарой тело, оживают предметы вокруг! И снова хочется жить, творить, любить!

Давно прошли времена, когда верхом счастья в жаркий денек была бутылка сладенькой газировочки. Даже несмышленые малыши слышали неоднократно и знают, сколько вреда человеческому организму приносит она.

Люди снова возвращаются к тысячелетним традициям употребления чая во всех возможных и невозможных его разновидностях. Во все времена чай был лучшим средством для утоления жажды. Горячий и холодный, чистый и с многочисленными разновидностями фруктовых, ягодных, молочных и других добавок, он всегда имел и имеет неисчислимое количество поклонников во всем мире.

Особенно хорош холодный чай для жителей южных стран. В жару не хочется есть, а поддержать организм чем-то необходимо. Хотя доктора и советуют выпивать в день обязательные полтора-два литра холодной чистой воды, но далеко не каждому человеку такая процедура приходится по вкусу. А насыщенные разнообразными уникальными микроэлементами чаи могут удовлетворить самый взыскательный вкус.

Самое главное тут - не бояться пробовать и экспериментировать. Ведь вкус одного и того же чая, как и запах дорогих элитных духов, может зависеть и от насыщенности, и от настроения человека, и от времени суток, и от окружающей среды.

Существует огромное количество способов приготовления холодного чая. Они менялись, меняются и будут изменяться до тех пор, пока будет существовать человечество. Кто-то считает, что заваривать чаи можно только кипятком, а уж потом настой охлаждать и смешивать со всевозможными ингредиентами. Кто-то склонен к завариванию водой комнатной температуры, но с длительным периодом настаивания (от 9 до 12 часов).

Особенно хороши для употребления в холодном виде зеленые китайские чаи. Баланс витаминов, эфирных масел и танинов, которые присутствуют в сортах зеленого чая, позволяет организму человека очиститься, что крайне благотворно и полезно для тех людей, которые имеют излишний вес. Микроэлементы флавоноиды могут оградить человека от риска заболевания раком и от раннего старения.

Не менее привлекательны для многих народов и этнические чаи, которые также очень часто употребляются либо в охлажденном виде, либо с кубиками льда. Строго говоря, этнические чаи не являются чаями в прямом смысле этого понятия. Скорее это сборы нескольких разновидностей трав, кустарников, ветвей, ягод и т.п. Но, поскольку из них приготавливают не менее интересные напитки и настои, обладающие целебными, жаждоутоляющими свойствами, то люди и отнесли их к семейству чаев, но выделили в отдельную подгруппу.

Поэтому пробуйте, экспериментируйте! Соединяйте охлажденный зеленый китайский чай с кусочком лимона, листочком мяты, свежим персиком! Или же - ни с чем не соединяйте! И пейте! Пейте на здоровье! Белые, зеленые, желтые, красные! Каждый из них прекрасен по-своему! Какой-то из них сегодня сделает вас немного счастливее!