



## Obsah

Úvod .....	5
Historie čaje .....	5
Čaj jako jídlo .....	6
Čaj jako lék .....	7
Čaj jako nápoj .....	8
<b>Výroba čaje a jeho kvalita .....</b>	<b>10</b>
Čajovník, <i>Thea sinensis</i> .....	10
Skliceň .....	11
Výroba čaje .....	12
Nefermentovaný čaj .....	13
Částečně/polofermentovaný čaj .....	13
Fermentovaný čaj .....	13
Kvalita čaje .....	14
Skladování .....	15
Kov .....	15
Karton .....	15
Sklo .....	15
Umělá hmota .....	15
Trvanlivost .....	16
<b>Čaj a tradiční čínská medicína (TČM) .....</b>	<b>17</b>
Základní aspekty tradiční čínské medicíny (TČM) .....	17
Čchi – životní energie .....	17
Jin a jang .....	19
Pět fází přeměny a vnitřní orgány .....	21
Fáze přeměny .....	22
Vnitřní orgány .....	22
Klasifikace čaje na základě jeho funkce .....	24
Klasifikace jin a jang .....	24
Klasifikace podle pěti chutí .....	25
Autodiagnóza a výběr správného čaje .....	26
<b>Čajová konvice .....</b>	<b>27</b>
Materiál .....	27



Hlína .....	27
Porcelán .....	28
Sklo .....	28
Jiné materiály .....	29
Čištění .....	29
Účel .....	29
Šálek/konvice cha-čung .....	30
Šálek .....	30
Jinové a jangové konvice .....	30
Jak koupit dobrou konvici .....	31
<b>Voda</b> .....	35
Kvalita vody .....	35
Původ vody .....	35
Vlastnosti vody .....	36
Obsah vápníku .....	37
Příprava vody .....	37
<b>Vaření čaje</b> .....	39
Voda a její teplota .....	39
Zalévání .....	40
Praní čaje .....	40
Jak dlouho nechat čaj louhovat? .....	41
Poměr čaje a vody .....	42
Čaj musí plavat .....	42
Míchání čajů .....	42
Jak se vaří normální čaj .....	43
<b>Druhy čaje</b> .....	46
Zelený čaj .....	49
Pi-luo-čchun (Pi Lo chun) .....	50
Lung-ťing (Lung Ching) .....	53
Lung-ťing (Lung Ching) čajová směs s Chang-čou jü-chua (chryzantémou) .....	56
Bílý čaj .....	59
Paj-mu-tan (Bai Mu Dan) .....	60
Jin-čen paj-chao (Yin Shen Bai Hao) .....	62



Žlutý čaj.....	65
Jün-šan jin-čen (Jun Shan Yin Zhen) .....	66
Meng-ting chuang-ja (Meng Ding Huang Ya) .....	69
Červený čaj.....	72
Jü-nan tien-chung (Yun Nan Dian Hong).....	74
An-chuej čchi-men chung-čcha (An Hui Qi Men Hong Cha).....	76
Černý čaj.....	79
Černý čaj u národa Tung .....	81
Černý čaj v Mongolsku.....	81
Černý čaj v Tibetu.....	82
Pchu-er-čcha (Pu Er Cha).....	82
Směs čaje Pchu-er s Chang-čou Jü-chua (chryzantémou) .....	86
Kang-wu Liu-pao čcha(Cang Wu Lu Bao Cha).....	87
Wu-lung čcha (Oolong) .....	90
Příprava čaje podle kung-fu .....	92
Tchie-kuan-jin (Ti Kwyn Yin) .....	95
Wu-i Ta-chung-pchao (Wu Yi Da Hong pao) .....	98
Wu-lung s Kchu-ting-čcha (Ku Ding Cha), bylinkovým čajem.....	100
Květinové čaje (Chua-čcha) .....	102
Mo-li chua-čcha (Mo Li Chua Cha), jasmínový čaj.....	105
Mej-kuej chua-čcha (Mei Gui Hua Cha), růžový čaj .....	108
<b><i>Pití čaje a čínský čajový obřad</i></b> .....	110
Čínský čajový obřad .....	110
Jin-čcha.....	111
Che-čcha.....	112
Chi-čcha.....	112
Pin-čcha.....	112
Všeobecné zásady chování při pití čaje .....	114
Co bychom měli vědět o pití hořkého čaje.....	115