

## Comment apprécier son thé ?

Pour les puristes, le rajout de lait, sucre, miel ou citron dans le thé est un sacrilège car ils dénaturent le vrai goût du thé. Mais chacun reste libre d'adapter son thé à ses habitudes et à ses goûts.

### 1 Un nuage de lait ?

S'il adoucit les thés corsés, la caséine qu'il contient neutralise les antioxydants du thé. Préférez du lait végétal et bio.

### 2 Une touche de sucre ?

Le sucre n'est pas notre meilleur allié santé (kilos, caries, diabète...). Préférez du sucre complet ou du miel bio qui apportent des substances nutritives contrairement au sucre blanc raffiné.

### 3 Une pointe de citron ?

Sa saveur acide dénature le goût du thé et modifie sa couleur. Cependant, il permettrait de mieux assimiler les antioxydants du thé.



## Notre expertise

Depuis 1997, La Route des Comptoirs sélectionne des crus de qualité et imagine des assemblages gourmands pour ravir vos papilles.

Tous nos thés & infusions sont issus de l'agriculture biologique et dès que possible en commerce équitable afin de vous offrir le meilleur.

Il existe un grand nombre de variétés et leurs caractéristiques dépendent du pays dans lesquels elles sont cultivées (propriétés des sols, variations climatiques, saisonnalité, transformation des feuilles...). Ces spécificités permettent d'avoir des thés aux goûts uniques et offrent une large palette gustative.

Pour vous permettre de déguster au mieux, La Route des Comptoirs vous prodigue ses conseils pour les préparer convenablement et permettre de développer toute leur palette aromatique.

Cambell Partner's - RCS Nantes 417 625 480 / Mars 2018



[www.laroutedescomptoirs.com](http://www.laroutedescomptoirs.com)



LES THÉS AU GOÛT DE LIBERTÉ



Comment préparer son thé

### 1 Bien choisir l'eau

Pour ne pas influencer le goût naturel du thé, l'eau doit être pure et sans odeur (chlore, fer). Trop dure ou trop calcaire, elle empêche les arômes de s'exprimer. Une eau filtrée est souvent conseillée.

### 2 Bien choisir la théière

Fonte, terre, verre, porcelaine.  
Quelle théière choisir pour quel type de thé ?

#### La Fonte

La fonte émaillée exhale parfaitement les thés verts et garde la chaleur plus longtemps.

#### La Terre

La théière en terre cuite chinoise du Yixing «garde en mémoire» le thé qu'elle infuse, notamment le thé noir.

#### La Porcelaine

La porcelaine conserve la subtilité et la délicatesse des arômes. Elle est conseillée pour les thés verts et blancs.

#### Le Verre

Le verre permet d'admirer les nuances et la robe du thé. Cependant, il ne conserve pas très longtemps à la chaleur.

**Entretien :** L'intérieur se rince à l'eau claire et ne doit jamais être lavé avec un détergent, ni être frotté. Après usage, votre théière doit sécher, couvercle ôté, à l'air ambiant.

### 3 Bien respecter le temps d'infusion

Le temps d'infusion est très important afin de révéler la finesse et le parfum de chaque thé. Pas assez infusé, le thé est insipide. Trop infusé, il devient corsé, amer et ses arômes saturés.

Nos conseils :



Faites chauffer votre eau dans une bouilloire à bonne température. On vous conseille 70°C/80°C pour les thés verts, 80°C pour les thés noirs et Oolong. Une eau trop chaude «brûlera» les feuilles de thé.



Ébouillanter la théière avant d'y jeter les feuilles. Humidifier les feuilles de thé pendant que l'eau chauffe.



Verser la quantité de feuilles suffisantes, soit 1 cuillère à café pour de grandes feuilles et 1/2 pour les thés broyés (2,5g pour 30cl). Doublez la quantité pour les thés verts.

Respecter le temps d'infusion :

Type de thé	⌚
Thé noir en feuilles brisées	3 min
Thé noir en feuilles entières	5 min
Thé noir aromatisé	4 min
Thé vert japonais	2 min
Thé vert de Chine	3 min
Thé Oolong	7 min
Thé blanc	10 min

### 4 Bien choisir le filtre

L'avantage d'un filtre est de pouvoir arrêter l'infusion à son gré.

- **Boule, pince ou cuillère à thé :**  
Pratiques pour une tasse mais ne permettent pas aux feuilles de s'épanouir.
- **Filtre intégré à la théière d'origine :**  
La meilleure formule, large et pratique à nettoyer.
- **La chaussette en coton (non blanchie au chlore) :**  
Infusion de grandes feuilles de thé et tisane.
- **Filtre en papier (non blanchi) :**  
Exaltation de l'arôme, hygiénique, biodégradable et jetable.

La réussite de votre thé résulte du soin que vous apportez aux 4 étapes de sa préparation.

