

الشاي الأبيض" آخر صيحة في دنيا المشروبات



يعتبر كوب الشاي سواء في الصباح أو المساء بمثابة الصديق الذي يلازم معظم الأفراد سواء في الدول المتقدمة أو النامية.

ويؤكد خبراء التغذية على أن دول العالم المتقدم بدأت في تداول نوعية معينة من الشاي يطلق عليها الشاي الأبيض ويحتوي على مركبات البوليفينول وهي تعمل على تقوية الجهاز المناعي للجسم والحماية من السرطان.

وكان الشاي الأخضر يحتل المرتبة الأولى في هذا المجال بالمقارنة بالشاي التقليدي إلا أن الشاي الأبيض بدأ يحتل هذه المرتبة نظرا لتمتعه بطعم ومذاق جيد. والشاي الأبيض عبارة عن الأوراق الصغيرة جدا في مرحلة التفتح من البراعم وتتميز هذه الأوراق بوجود كمية من

الشعيرات الزغبية البيضاء من السطح السفلي لكل وريقة ولهذا السبب أطلقوا عليه اسم الشاي الأبيض ، وتعتبر الصين واليابان من أهم الدول المنتجة والمصدرة لهذا النوع من الشاي.

\\
:
\\

الشاي الابيض افضل لصحة الانسان من الاخضر والاسود
بحث مئات الدراسات في الخصائص الصحية للشاي الأخضر والأسود..ولكن الدراسة الجديدة

حولت الاهتمام نحو الشاي الأبيض الذي يتفوق في مزاياه الطبية على كلا النوعين .. فقد وجد الباحثون أن استخدام أوراق الشاي سواء كان من النوع الأخضر أو الأسود دون معالجتها



وهو ما يسمى بالشاي الأبيض .. يضمن الحصول على أكبر مقدار ممكن من المواد المفيدة المضادة للأكسدة التي تعرف بمركبات (بوليفينول) النشطة .. ووجد الباحثون عند اختبار قدرة هذا الشاي على عكس الطفرات الموجودة في خلايا البكتيريا .. أن فاعليته كانت أقوى من النوع الأخضر .. نظرا لوجود أنواع إضافية من مركبات (

بوليفينول

(**ميثلزانتين**) كالكافيين وثيوبرومين التي تمنحه صفاته

(القوية وكمي

من جانب آخر أثبت باحثون مختصون أن بالإمكان تخفيف حالات الأكزيما والطفح الجلدي بشرب ثلاثة أكواب يوميا من الشاي .. ويتوقع الباحثون أن مركبات (بوليفينول) المعروفة بقوتها كمواد مضادة للأكسدة هي المسؤولة عن الخصائص الوقائية للشاي الذي يخضع لعمليات معالجة أقل من الشاي الأسود العادي .. وخاصة في إيقاف التفاعلات الجلدية المسببة للأكزيما ..