

清凉篇

特别推荐

酷暑时节,烈日炎炎,气温飙升,很容易发生中暑。药茶对中暑有很好的预防作用,且价格低廉,制作简单方便,深受人们的喜爱。如果嫌制作麻烦,不愿意自己动手,方回春堂为您准备好了现成的茶品,直接沸水冲泡即可,不妨尝尝:

【六月神仙茶】

成分:青蒿、荷叶、甘草等
功效:清热解毒、利湿消暑
适用对象:
1、惧怕酷热、容易中暑的人群
2、希望在夏日里保持体形清盈的女性
零售价:10元(内含10个布包)

【决明子苦丁茶】

成分:决明子、苦丁茶、甘草等
功效:清热降火、平肝明目、降血脂、降血压
适用对象:
1、患有高血压、高血脂的中老年人,同时兼有便秘的效果更佳
2、平时喜欢油腻食物的人群
3、用眼过度,经常感双目涩痛的人群
零售价:10元(内含10个布包)

【荷叶饮】

成分:荷叶、米仁等
功效:清热解暑、健脾开胃
适用对象:
炎炎夏日里不思饮食,容易疰夏的人群
零售价:10元(内含10个布包)

【山楂金银菊茶】

成分:生山楂、金银花、菊花
功效:清热解毒、化痰消脂、健脑明目
适用对象:
1、平日容易上火,面部容易发痘痘,经常易口腔溃疡的人群
2、经常食用辛辣食品的人群。
零售价:3元(3小包)

【养颜茶】

成分:西红花、灵芝、生玉竹等
功效:养阴生津、通脉化痰,安神健胃
适用对象:
1、皮肤干燥、缺少光泽,面部色斑沉着,希望改善皮肤状况的女性
2、夜间睡眠不良,食欲不振的女性
零售价:10元(3小包)

【三花清凉茶】

成分:金银花、黄菊花、白菊花等
功效:清热解暑、平肝明目
适用对象:
1、平时脾气急躁,常易动怒,头痛发作的人群
2、容易口舌生疮的人群
零售价:3元(3小包)

【玫瑰纤茶】

成分:玫瑰花、玳玳花、洋甘菊、荷叶、决明子、陈皮、甜菊叶
适用对象:
1、营养过剩、因应酬经常食用油腻食品的族群
2、重视体型,希望维持身形轻盈的女性
3、运动量较少、体型容易发胖的上班族、学生和家庭妇女

【桃花靓茶】

成分:桃花、玫瑰花、洛神花、红枣、玉竹、杏仁、桂圆、桑葚
适用对象:
1、因新陈代谢差而面色萎黄、脸上爱长斑点的族群
2、脸色不佳、皮肤粗糙暗沉的女性
3、希望不上妆也有白里透红面色的爱美女性

【菊花瘦身茶】

成分:菊花5朵、普洱茶10克
制作方法:将菊花、普洱茶用沸水浸泡3-5分钟,滤出茶汁即可饮用
适用对象:正在减肥或已有减肥计划的女性同胞

【菊花蜜茶】

成分:菊花10克、蜂蜜3大勺
制作方法:将菊花用沸水浸泡3-5分钟,滤出冷却,加入蜂蜜、冰块即可
适用对象:肠胃不好的人都可以服用,女性常饮可养颜

火辣辣的六月太阳,预示着令人惧怕的炎炎盛夏来临。都市人生活工作节奏紧张,夜生活及烟酒应酬过多,再加上都市车辆及工业排放废气倍增,极易使人心境烦躁、虚火上升,让“苦夏”之中的你更添几份煎熬。

怎么办?请别忽视身边的“茶”,它虽不是神丹妙药,但实实在在的管用。《本草纲目》有记载:“人体虚火,亦称内火,火为百病,茶苦而寒,却能降火。”可见夏日品茗,不仅能陶冶心情,达到“心静自然凉”的效果,更有清热保健功能。“茶”是广义的,除了单一用茶叶冲泡外,还可与其他成分配伍,制成夏日特有的凉茶。今天,本版特向大家推荐几款夏日凉茶的制作方法,让我们在炎炎夏日中静下心来,在清凉的茶水陪伴下,使酷热变清凉,“苦夏”变美好.....



清凉茶水度炎夏

——夏季清凉保健策略

功能篇

凉茶类型除了上述两种,还有其他多种功能,家里有现成的茶叶就可以自己动手制作凉茶饮品,又不用担心糖份多了会发胖,因为自己动手制作的凉茶可以随心所欲哦。

【防辐射茶】

成分:玫瑰果、玫瑰果、千日红、菊花、绞股蓝
适用对象:
1.经常坐在电脑前工作的族群
2.喜欢上网聊天的女性
3.工作环境经常受到电子辐射的如电视台、电台机房工作人员

【明目茶】

成分:菩提叶、菊花、金银花、金盏花、紫罗兰
适用对象:
1.用眼过度、长期接触电脑、电视等对眼睛有损伤过的女性
2.眼部出现干涩、刺痛,眼分泌物多的族群
3.长期戴隐形眼镜,又希望对眼睛加强呵护的女性
4.长期喜欢看电影的族群

【排毒茶】

成分:马鞭草、茉莉花、欧石楠、玫瑰花、芦荟
适用对象:
1.因便秘而造成腹部的压迫感、鼓胀感,或是想清除宿便的族群
1.总是要好几天才排便的族群
3.喜爱肉类、淀粉类、油脂、精致点心食物,水分纤维摄取少的女性
4.经常参与美食聚餐的族群

【茉莉爽茶】

成分:茉莉花、紫罗兰、紫苏叶、香薷、覆盆子、薄荷
适用对象:
1.工作长时间、工作紧张、压力大、心情郁闷的上班族
2.希望每日拥有阳光般好心情,保持高效率工作节奏的女性
3.熬夜读书、加班的学生和上班族

特别推荐

【金荞玉露冷泡茶】

夏季饮茶还有一种更为适合的茶种,叫“冷泡茶”。顾名思义,冷泡茶就是用凉水也能泡开的茶。天热用餐不妨试试冷泡茶的滋味,让喝茶成为日常生活种一种随手可得且时尚的轻松享受!

夏日尴尬解围——冷泡茶

通常天热喝热茶,会热上加热,虽说“心静自然凉”,可是口干心急喝不了热茶,给客人吃冷饮太甜腻,感觉总不爽。试试冷泡茶吧!凡达饮用水标准的冷水都可自制冷泡茶,即泡即饮,用冰水冲泡或放入冰箱冷藏后饮用,更是透心凉爽。

冷泡茶的流行

流行多年的冷泡茶在日本叫“云水茶”,杭州清心茶业公司总经理张永介绍说:“在日本和韩国很多家庭每天早上都会用冷水泡茶、乌龙茶、绿茶等放在冰箱里,然后喝上一天。”冷泡茶不仅口味好,适合夏季饮用,其实还有相当的科技含量,因为用冷水泡不会破坏茶中营养成分,如维生素C、氨基酸、叶绿素等。

茶叶中的“将军”——金荞玉露冷泡茶,清心公司在其畅销产品金荞玉露的基础上加入了冷泡工艺,制成金荞玉露冷泡茶,既保留了苦荞麦的营养成分,更适合家用及外出携带使用,放在矿泉水中就能自制成一杯凉茶。金荞玉露有淡淡的“麦香”,冲泡时用冷开水,轻轻提一下茶叶袋您就可喝到清凉、甘爽、止渴、甜香的金荞玉露冷泡茶,再搭配点饺子之类的点心,其美味真的难以阻挡。

让爱茶的人免去夏日尴尬,饮茶时尚别有一番滋味。

特别推荐

【内服处敷抹茶粉】

新新人类诞生出的一种由绿茶精致而成的抹茶粉,在这个夏天也是令你消暑度夏的秘籍武器哦。国内唯一一家正宗的抹茶生产企业浙江骆驼九宇茶业有限公司引进全套日本进口设备,从事原料茶碾茶一直到成品抹茶的生产和销售,产品常年出口日本。抹茶粉也是一种具有很高营养价值的产品:抹茶粉加酸奶是营养的减肥餐,抹茶粉加蛋清则是纯天然的美白面膜,抹茶加咖啡冲泡成美味可口的饮品,总之各式各样的用法尽情让你在家足不出户动足脑筋,变着法子让自己漂亮。DIY:抹茶面膜
配方:鸡蛋清半只、抹茶粉3克、清水适量
用法:洗净脸部皮肤,均匀涂抹于脸部,约8分钟左右洗净即可

告之

本期认识茶多酚(六),由于版面调整,将延至下期,敬请谅解。

品茗讯息

夏日凉茶畅饮

6月16日,水源合茶坊将举办“夏日凉茶畅饮”免费品尝活动,地点设在清河坊街相邻的高银街69号,品凉茶活动一直延续到6月23日当天为止,喜欢自制凉茶的朋友还可以向该店的掌门人淘一淘偏方。

(木兰)

六月神仙茶等您来领

方回春堂在向社会各界做公益事业的同时,不忘夏日为市民送上清凉的关怀。自6月16日起,凡读者凭本期版面以及身份证前往位于河坊街117号的方回春堂一楼大厅料验方专柜,即可领取六月神仙茶一包,每人限领一份,领完为止。领取赠品时间截止至7月16日。

(丽芬)

请考生、球迷上楼喝茶

高考结束了,辛苦的考生可彻底放松一下,看看世界杯,吃吃茶点,这里有一条考生们值得关注的信息:从见报之日起,凡凭高考准考证前往吴山茶楼喝茶消费的考生们,不仅可以获得8.5折优惠,每天前5位同学还可以买单,考生团体消费每天限前5桌,每桌可有1人买单哦。请同学们记住:此项消费优惠买单活动截止至6月30日。

另外,世界杯期间(截止7月10日),凡凭本期版面前往吴山茶楼看球赛消费的球迷,均可免费品尝冰镇啤酒,让你的球赛夜晚不再寂寞。

(晓晓)

茶多酚加抹茶粉限额30名

由杭州浙大茶叶科技推出的茶多酚美容胶囊,将给炎夏爱美的您带来一丝清凉。它不仅能清除人体内由于紫外线造成的自由基、抑制黑色素的产生,防止紫外线引起的皮肤伤害,还可以祛除您长久以来的色素沉淀等。现征集30名女性体验者,仅花200元就可得到价值380元的茶多酚美容胶囊一盒(3瓶装,可服用30天)及价值60元的九宇牌抹茶(30克锡箔纸包装)。快快预约报名,前10名可获价值50元的茶券。

城南热线:87813171
地址:杭州市高银街31号维多利亚红茶叶坊二楼
城西热线:87824111
地址:杭州市保叔路193号第五干休所二号综合楼底层东

由《城市假日》与杭城众茶馆共同推出的品茗联名授权消费卡正式出炉,让您真正拥有“一卡在手,喝遍杭城茶楼”的通行证。

一卡在手,喝遍杭城茶楼

——首批品茗联名授权消费卡热销

少量的钱,实实在在享受到不同程度的优惠,其中免费品尝太极茶道雨水冲泡的大碗茶、在吴山茶楼满5次送价值300元的金卡、去城隍阁茶楼喝茶免景区门票.....觉得太划算了。为了继续鼓励首批品茗卡的购买

者,我们除了让消费者享受茶馆提供的各式优惠外,还额外奉送一个“大礼包”,每张售价30元,同时买一张送一盒斯里兰卡诺瑞莉亚红茶包(25小包,15元/盒),买两张加送一盒金荞玉露(价值25元/盒),买三张再送两盒茶多酚试用装(价值35元/盒),每人限购3张,总数48张。喜欢喝茶的读者可要抓紧时间啦!购卡热线:87813171、87879165 (林溪)