

DAVIDE PELLEGRINO



MANUALE PER LA

PREPARAZIONE DEL TÈ

COLTIVAZIONE
E LAVORAZIONE

DEGUSTAZIONE
E VARIETÀ

STILI
DI INFUSIONE

LA CERIMONIA
DEL TÈ

 GIUNTI

DAVIDE PELLEGRINO

MANUALE PER LA

PREPARAZIONE DEL TÈ

COLTIVAZIONE
E LAVORAZIONE

DEGUSTAZIONE
E VARIETÀ

STILI
DI INFUSIONE

LA CERIMONIA
DEL TÈ

 GIUNTI

*Le migliori foglie di tè devono piegarsi
come stivali di cuoio dei cavalieri
tartari, arricciarsi come le corna
di un bue potente, schiudersi come
la nebbia che sale da un burrone,
scintillare come un lago sfiorato
dallo zefiro ed essere umide e molli
come terra bagnata dalla pioggia.*
Lu Yu, Il canone del tè

*“Prendi un altro po’ di tè”, disse la Lepre
Marzolina molto seriamente ad Alice.
“Non ne ho avuto ancora nulla”,
rispose offesa Alice, “quindi non posso
prenderne di più”.*
**Lewis Carroll, Alice nel Paese
delle Meraviglie**

*La strada per il paradiso passa
attraverso una teiera.*
Proverbio inglese

*Infine Rastignac si alzò senza troppo
sbadigliare, come fa tanta gente
maleducata, suonò al cameriere,
si fece preparare del tè, ne bevve
immoderatamente, cosa che non apparirà
strana alle persone che amano il tè.*
Honoré de Balzac, Papà Goriot

*Il tè non ha l'arroganza del vino,
né la supponenza del caffè, e neppure
la leziosa innocenza del cacao.*
Okakura Kakuzo, Il libro del tè





*Si beve il tè per dimenticare
il frastuono del mondo.*

T'ien Yi-Heng

*“Lasciami alzare!”, pregò Maria,
“Voglio che tu beva il mio tè.
Sentirai, il profumo t’arriverà
all’anima”. Parlava d’un tè prezioso,
giuntole da Calcutta. [...]*

*Un profumo acuto si spandeva
nell’aria, col vapore. [...]*

*Ella versò in una tazza la bevanda
e l’offerse ad Andrea, con un sorriso
misterioso. Egli rifiutò dicendole:*

“Non voglio berlo in tazza, ma da te”.

[...] Aspettarono che il tè si freddasse.

“Ora prendi un bel sorso. Così”.

*Maria teneva le labbra serrate,
per contenerlo. [...] E Andrea
la baciò, suggerendo da essa tutto
il sorso.*

Gabriele D’Annunzio, Il piacere

*Che sistema! Il professore si alza a
mezzogiorno, e il samovar è lì che bolle
dalla mattina, sempre ad aspettare lui*

*[...] Di notte il professore legge e scrive,
alle due tutto a un tratto si sente il
campanello... [...] Oh Dio, che cosa*

*succede? È lui che vuole il tè! E allora
sveglia la gente, accendi il samovar...*

Che sistema!

Anton Čechov, Zio Vania

*Questo libro
è dedicato a chi sa
scaldarmi il cuore
come una tazza
di tè nero bollente
in un grigio mattino
di un gelido inverno
e rinfrescarmi
l’anima come un
infuso di tè verde
in un pomeriggio
di una torrida estate.*

D.P.



Introduzione

7

CONOSCENZA E DEGUSTAZIONE

Le origini

La scoperta di Shen Nong	11
Le palpebre di Bodhidharma	11
Dalla leggenda alla Storia	12
L'etimologia: le metamorfosi del tè	12
• I nomi del tè	12
• Lu Yu, il dio del tè	13

Coltivazione e lavorazione

La pianta del tè	15
Raccolta	17
Lavorazione e tipologie	18
• Fermentazione o ossidazione?	20
• Il tè viola	24
• Che cos'è il tè rosso?	27
Evoluzione (o involuzione) del tè	28
• Bubble tea	30
• Il consumo del tè nel mondo	32
Le zone di coltivazione e di produzione	33

La via del tè

L'approccio al tè	35
La scelta del tè	37
Le sigle "misteriose"	39
Gli ideogrammi cinesi	41
I loghi del tè	43

I "genitori" del tè

L'acqua	45
• La classificazione dell'acqua	46
La teiera	50
• Le teiere Yixing	51
• La nascita della teiera	53
Altri recipienti per l'infusione	54
Altri utensili e accessori	55

La preparazione

Gli accessori per incominciare	59
E adesso... un buon tè	59
• La manutenzione della teiera	62
• Sacchetti-filtro: più difetti che pregi	65
La degustazione del tè	66
• Umami, il quinto sapore	67
• Due modi per fare il tè freddo	69
La conservazione delle foglie	69



In tavola con il tè

Zucchero	73
Limone	73
Latte	74
• Milk in first?	75
Biscotti & co.	76
• Biscotti al tè verde Matcha	76
Idee per realizzare la vostra miscela profumata	77
Idee per la stagione fredda	77
Idee per la stagione calda	78
• Il kombucha	78
Idee per utilizzare il tè in cucina	80
Tante idee con il Matcha	81

Le tradizioni nel mondo

Cina	85
• Gong Fu Cha	86
Tibet	87
India	88
• Tè alle spezie	89
Marocco	90
• Tè alla menta	90
Turchia	91
Giappone	91
• Il Chanoyu, la cerimonia giapponese del tè	92

Corea	94
Russia	95
Inghilterra	96
• Tè... alcolici	97

Il tè verde e la salute

I componenti della foglia	99
Proprietà benefiche	101
• Come riutilizzare le foglie del tè	105
• Caffaina: tè contro caffè	106

LE VARIETÀ

TÈ DI BASE	110
Tè verdi	112
Korean Green	113
Huang Shan Mao Feng	114
Tai Ping Hou Kui	115
Bi Lo Chun (Pi Lo Chun)	116
Gunpowder (Zhucha)	117
Xin Yang Mao Jian	118
Snow Bud (Xue Ya)	119
Chun Mee (Chun Mei, Zhen Mei)	120
Long Jing (Lung Ching, Dragon's Well)	121
Lu An Gua Pian	122

Bancha	123	Tè post-fermentati	158
Hojicha	124	Pu-er Sheng (crudo)	159
Genmaicha	125	Pu-er Shu (cotto)	160
Sencha	126		
Matcha	127	TÈ RILAVORATI	161
Gyokuro	128	Tè profumati (scented)	163
Tè gialli	130	China Rose Tea (Rose Congou, Mei Gui Hong Cha)	164
Jun Shan Yin Zhen	131	Tè al gelsomino (Jasmine Tea, Moli Hua Cha)	165
Tè bianchi	132	Tè aromatizzati	166
Bai Mu Dan (Pai Mu Tan, White Peony,		Earl Grey	167
Peonia bianca)	133	Goût russe	168
Yin Zhen (Silver Needles, Aghi d'argento)	134	Tè affumicati	170
Tè Wulong	136	Lapsang Souchong (Zheng Shan Xiao Zhong)	171
Tie Guan Yin (Ti Kwan Yin, Iron Goddess of Mercy)	137	Miscele classiche	172
Dao Hong Pao (Ta Hung Pao, Wu Yi Big Red Robe)	138	English Breakfast (Morning Breakfast,	
Feng Huang Dan Cong	139	Strong Breakfast)	173
Baozhong (Pao Zhong, Pouchong)	140	Tè pressati	174
Gao Shan	141	Bouquet di tè e fiori	175
Dong Ding (Dung Ding, Tung Ting)	142		
Oriental Beauty (Dong Fang Mei Ren, Bai Hao)	143	TÈ... NON TÈ	176
Tè neri	144	Carcadè (Ibisco, karkadè)	177
Nuwara Eliya	145	Rooibos (Roibusch, Rotbusch, Tè Rosso)	178
Dimbula	146	Mate (Matè, Erva Mate, Yerba Mate,	
Uva	147	Tè del Paraguay)	179
Ceylon Vithanakande	148	Buddha Ama-cha	180
Yunnan (Dian Hong)	149		
Qimen (Keemun)	150	APPENDICI	
Nilgiri	151	Date da ricordare	182
Darjeeling First Flush	153	Glossario	184
Darjeeling Second Flush	154	Libri consigliati	186
Darjeeling Autumnal Flush	155	Indice delle varietà di tè	187
Assam First/Second Flush	156	Le botteghe del tè	188
Kenya Milima GFBOP	157		

Introduzione

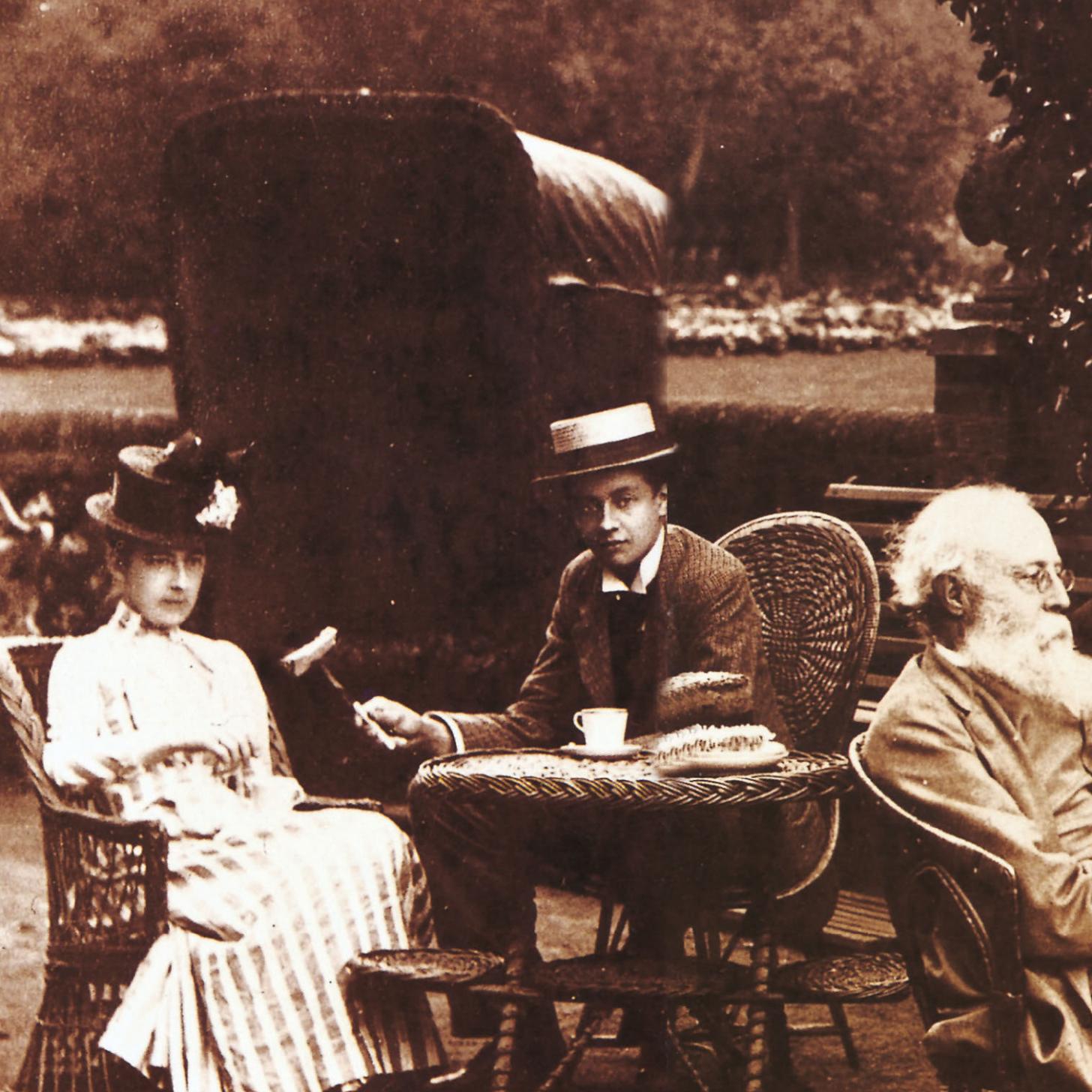
Se tenete tra le mani questo libro significa che avete fatto un primo passo sulla via del tè. Come diceva Lao Tzu, “un viaggio di mille miglia inizia con un singolo passo”. Attenti però! Il mondo del tè è veramente complesso: più ci s’addentra più ci si rende conto di quanto sia smisurato. Tuttavia non serve essere degli esperti per poter godere del piacere unico di una tazza di tè. L’unica cosa che conta davvero è fare del tè un’esperienza personale vivendola in maniera originale e piena. Prima di intraprendere questo affascinante viaggio vorrei sgomberare il campo da alcune “credenze” che potrebbero intralciare il vostro cammino: il tè non è riservato a determinati momenti della giornata (le cinque del pomeriggio) o a particolari stati di salute (influenza, fiacca, ecc.); il tè non si beve in fretta (non è un caffè espresso); al tè non bisogna aggiungere per forza qualcosa (zucchero, latte, ecc.), ma va gustato puro.

Ho girato il mondo intero con lo scopo di “giungere alla pace condividendo una tazza di tè”. Se prendete una tazza di tè verde e la bevete, sentite di essere tutt’uno con la natura e che là si trova la pace. Se offrite una tazza di tè a qualcuno, potrete diffondere questa pace. Spero che berrete con me e che divideremo questa pace.

Soshitsu Sen XV, *Chado. Lo zen nell’arte del tè*

Leggendo le pagine di questo libro apprenderete che esistono tante tipologie di tè, ognuna con le sue peculiarità; vi accompagnerò passo passo nella scelta delle foglie migliori; vedremo gli strumenti indispensabili e le varie tecniche per preparare e gustare correttamente un infuso e vi darò qualche suggerimento per usare il tè in cucina o per preparare drink insoliti.

Nella seconda parte del libro troverete delle utili e pratiche schede che vi aiuteranno nella preparazione e degustazione delle più famose varietà di tè distinte per tipologia e Paese produttore. Accanto agli aspetti più pratici non mancheranno notizie e informazioni sulla storia, la coltivazione, il consumo e le tradizioni del tè nel mondo. Mi auguro che i passi che compirete lungo queste pagine possano lasciare un segno, anche piccolo, e che il vostro cammino sulla via del tè possa continuare a lungo. D.P.



CONOSCENZA E DEGUSTAZIONE





Le origini

La scoperta di Shen Nong

Le origini del tè si perdono in un passato lontano nel quale storia e leggenda, realtà e finzione s'intrecciano indissolubilmente. Secondo la tradizione cinese la scoperta del tè si deve al mitico imperatore Shen Nong (figura prometeica legata all'agricoltura e alla conoscenza delle erbe curative) e risale all'anno 2737 a.C.

La leggenda narra che, durante uno dei suoi tanti viaggi, Shen Nong, dopo aver camminato a lungo, decise di riposarsi un po'. Come era solito, mise a scaldare dell'acqua in un pentolone di bronzo e nell'attesa si appisolò all'ombra di un albero. Mentre l'acqua iniziava a incresparsi, una lieve brezza vi fece cadere alcune foglie. L'acqua si fece in breve tempo giallo-oro emanando, nel contempo, un gradevole profumo. L'imperatore incuriosito assaggiò quell'infusione avvertendo un sapore sorprendente, amaro e dolce allo stesso tempo; in più si sentì subito corroborato nel corpo e nello spirito. Aveva scoperto il tè.

Le palpebre di Bodhidharma

Sulle origini del tè esiste anche una leggenda buddhista, riportata dal viaggiatore tedesco Engelbert Kämpfer (1651-1716) nelle sue *Amoenitates Exoticae*. Qui si racconta del principe Bodhidharma il quale, durante una delle sue lunghissime meditazioni, si addormentò profondamente, vinto dalla stanchezza. Al risveglio, accortosi della sua mancanza, provò una tale ira verso di sé che si strappò le palpebre gettandole a terra. Il giorno successivo, là dove il principe aveva scagliato le palpebre, erano spuntate due piantine le cui foglie, come egli stesso constatò assaggiandole, avevano la capacità di allontanare sonnolenza e torpore, favorendo così la pratica ascetica.

Questa storia risale al VII secolo d.C., periodo in cui il tè arrivò in Giappone dalla Cina grazie ad alcuni monaci buddhisti, così entusiasti delle sue proprietà stimolanti da introdurlo nelle loro cerimonie religiose.

Una coppia sorseggia del tè in giardino, affresco del XVII secolo, palazzo Chehel Sotoun a Isfahan (Iran).

Dalla leggenda alla Storia

Un'altra tradizione cinese rivela che il tè faceva parte del tributo offerto dalle tribù di Szechuan all'imperatore Wen, fondatore della dinastia Chow, già a partire dal XII secolo a.C. Più correttamente, si può far risalire l'uso del tè almeno al III secolo a.C.; infatti, in una lettera di quell'epoca, si fa riferimento alle foglie di tè, utili per corroborare il corpo nei momenti di fiacchezza. Comunque sia, solo durante il regno della dinastia Tang (618-906) il tè divenne la bevanda nazionale cinese raggiungendo poi sotto la dinastia Song (960-1279) l'apice della sua diffusione.

L'etimologia: le metamorfosi del tè

Pare che il carattere "ch'a", usato oggi in Cina per indicare il tè, derivi dal carattere "t'u" che in passato non indicava solo la *Camellia*

sinensis, ma anche altre piante. La sua trasformazione grafica e semantica avvenne sotto la dinastia Han tra il III secolo a.C. e il I secolo d.C. Fu con la pubblicazione del *Chajing* (vedi box accanto) che l'ideogramma "ch'a" divenne di uso comune per indicare la pianta del tè e l'omonima bevanda. Ma come si spiegano le parole "tè" in italiano, "tea" in inglese o "thé" in francese? I primi contatti commerciali tra gli europei, in particolare gli olandesi, e i cinesi avvennero nei pressi del porto di Amoy, provincia del Fujian, nel cui dialetto "tè" era pronunciato "te". Questo è il motivo per cui nelle lingue europee i nomi per il tè si somigliano: derivano dalla stessa radice. Fa eccezione il Portogallo, dove il tè è chiamato "cha", perché in Cina i portoghesi avevano rapporti commerciali con Macao, di lingua cantonese, dove il tè veniva chiamato, come in mandarino, "ch'a".

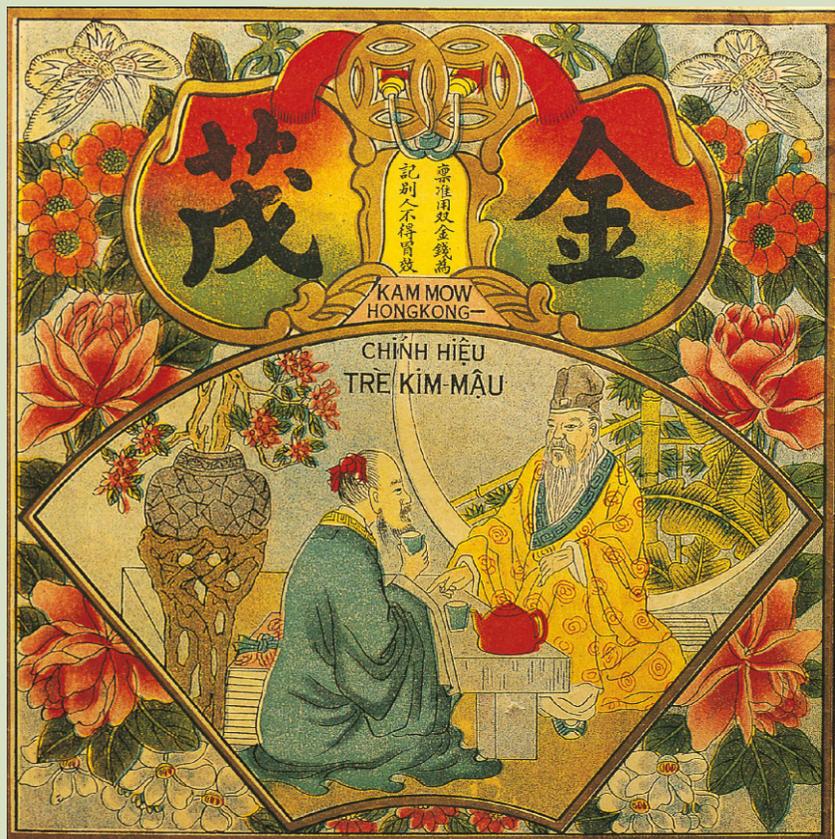
I NOMI DEL TÈ

Paesi che usano la radice "te"

Italia: Tè
Spagna: Té
Inghilterra: Tea
Francia: Thé
Germania e Finlandia: Tee
Lettonia: Teja

Paesi che usano la radice "ch'a"

Portogallo: Chá
Russia: Čaj
Giappone: Cha
Paesi arabi: Shây
Turchia: Çay
India: Chay



Etichetta di una cassa di tè stampata a Hong Kong nel 1900.

LU YU, IL DIO DEL TÈ

Il *Chajing*, “Canone del tè”, è il primo trattato che ci è pervenuto su questa bevanda.

Fu scritto nella Cina della dinastia Tang, a metà dell’VIII secolo d.C., dal poeta ed eremita Lu Yu, ricordato come il “dio del tè”, che con la sua opera ha stabilito per coltivatori e commercianti, appassionati ed estimatori dei veri e propri precetti per la corretta coltivazione, lavorazione e degustazione del tè.

Attenzione, però, a non confondere canone con liturgia o rituale codificato: nel *Chajing* non c’è nulla di ciò. Non esiste un maestro del tè, né luoghi o momenti più adatti per consumare la preziosa bevanda. Il suo segreto è nella scelta degli utensili per la lavorazione delle foglie e la preparazione dell’infuso. La difficoltà è nella continua ricerca della perfezione rivolta all’armonizzazione dei cinque elementi essenziali (acqua, fuoco, legno, terra e metallo), legati al tè e finalizzati a riprodurre in una tazza l’intero ordine universale.



Coltivazione e lavorazione

La pianta del tè

Forse non tutti sanno che la pianta del tè è una camelia. In botanica è chiamata *Camellia sinensis* e appartiene alla famiglia delle *Theaceae*. Originaria, probabilmente, dell'India settentrionale o della Cina si presenta in due varietà principali: assamica e cinese. In passato si pensava esistessero più specie di questa pianta. Lo stesso Linneo (1707-1778), botanico svedese e padre del sistema di classificazione binaria delle piante (attraverso un nome e un aggettivo che indicano rispettivamente il genere e la specie), cadde in errore considerando l'esistenza di due piante di tè, l'una (*viridis*) per la produzione di tè verde, l'altra (*bohea*) per quella di tè nero. Fu solo nel 1958 che gli studiosi concordarono sulla presenza di una singola e unica specie di pianta del tè, vale a dire di *Camellia sinensis* da cui, attraverso processi di lavorazione diversificati, si ottengono tutte le tipologie oggi comunemente riconosciute (tè verde, tè

nero, ecc.). A partire dalle due varietà principali sono state create, grazie alla selezione e alla moltiplicazione per seme o talea, numerose cultivar (termine che sta per "varietà coltivata"), ognuna con specifiche caratteristiche in termini di produttività, resistenza al freddo e alle patologie, maggiore attitudine ad essere lavorata per la produzione di una particolare tipologia di tè e così via.

La pianta del tè si presenta come un arbusto sempreverde di dimensioni differenti a seconda della varietà: da 4 a 5 metri d'altezza per quella cinese e da 8 a 11 metri per quella assamica. Nelle piantagioni le piante sono generalmente disposte in file ordinate, in densità variabile da qualche migliaio a più di diecimila piante per ettaro; la loro altezza viene mantenuta, grazie a opportune potature, entro 1 metro e 20 per facilitare le operazioni di raccolta. Dai suoi germogli e dalle sue foglie lanceolate con bordi finemente dentellati, di dimensioni maggiori nella varietà assamica rispetto a quella cinese (da 5-10 cm di lunghezza

Una piantagione.
In montagna le piante di tè crescono più lentamente e sviluppano aromi complessi e raffinati.

a 2-4 cm di larghezza), si produce quello che viene comunemente chiamato “tè”. La *Camellia sinensis* produce fiori bianchi e frutti dalle dimensioni di una nocciola, che contengono da uno a tre semi ciascuno; nelle piantagioni si evita comunque di portare le piante a fioritura e a fruttificazione per non togliere nutrimento alle più preziose foglioline.

La pianta del tè, avendo bisogno di grandi quantitativi d’acqua per crescere, viene coltivata nelle aree dove l’elevata frequenza delle piogge assicura almeno 2000 mm di precipitazioni ogni anno e la temperatura oscilla tra i 10 °C e i 30 °C. Il terreno più adatto al suo sviluppo dev’essere acido, permeabile e

privo di ristagni d’acqua. Le coltivazioni di *Camellia sinensis* possono trovarsi dal livello del mare fino a 2500 metri d’altitudine, a seconda del Paese e del luogo in cui si trovano. I tè d’alta quota sono generalmente ritenuti i più pregiati: il clima rigido, infatti, rallenta la crescita delle piante contribuendo allo sviluppo ottimale dell’aroma e del gusto delle foglioline. La vita produttiva delle piante di tè inizia dopo 3 o 4 anni dal trapianto e termina dopo qualche decina d’anni quando la pianta è ormai inadatta alla produzione intensiva nella piantagione. Esistono comunque anche esemplari selvatici di *Camellia sinensis* che superano spesso i cento anni di età.

Raccogliatrici di tè
in una piantagione
a Maskeliya nel distretto
di Nuwara Eliya (Sri Lanka).



Raccolta

Le foglie di tè vengono raccolte più volte nell'arco di un anno, a seconda della zona di coltivazione. In alcuni Paesi, grazie al clima particolarmente favorevole, si superano le venti raccolte annue. Invece nelle zone più fredde, come in alta montagna, nei mesi invernali le piante sono quiescenti; le foglioline, quindi, crescono più lentamente ed è possibile raccogliere appena 3 o 4 volte l'anno. In base al periodo di raccolta il sapore e l'aroma del tè possono variare sensibilmente. Ogni paese produttore ha un proprio calendario di raccolta. Il "Primo raccolto" è considerato il più pregiato ed è generalmente compiuto tra la fine marzo e l'inizio di aprile; in Cina lo chiamano tè "pre-Qing Ming" (cioè prima della festa del Qing Ming); in India "First Flush", in Giappone "Ichibancha" o "Shincha" e in Corea "Ujeon". Seguono poi altri tre-quattro raccolti tra maggio e novembre a seconda dell'area di coltivazione. Nel Darjeeling, in India, ad esempio, dove il tè si distingue proprio per il periodo di raccolta si effettua un secondo raccolto (Second Flush) tra maggio e giugno, un terzo

raccolto durante il monsone (Monsoon Flush) tra luglio e agosto e un quarto raccolto autunnale (Autumnal Flush) tra settembre e novembre. La raccolta, in passato effettuata esclusivamente a mano, ai giorni d'oggi ricorre sempre più spesso ai macchinari, che condizionano, in negativo, la qualità del tè. Esistono però numerosi giardini, in Cina e in India, ma anche in Giappone e a Ceylon, dove le foglie sono ancora prelevate a mano e con cura da esperte raccogliatrici (sono spesso le donne a raccogliere il tè), capaci di riempire in una giornata una gerla con 20-30 kg di foglie e germogli di tè da cui si otterranno circa 4-6 kg di tè finito.

Diverse sono le tipologie di raccolta: con l'*imperial plucking* (praticato per i tè più pregiati) si prelevano, partendo dall'alto, il germoglio e la prima foglia; nel *fine plucking*, il germoglio e le due foglioline apicali; infine, nel *coarse plucking*, la scelta ricade sulle tre prime foglie con il germoglio. La presenza di germogli e delle prime foglioline apicali è, quindi, indice di buona o di ottima qualità; le raccolte in cui vengono prelevate terza e quarta foglia serviranno invece per produrre tè mediocri, generalmente destinati alla bustina.