

Pirkko Arstila ja teen ihmeellinen maailma 17.5.2018

Teelähettiläänä tunnettu Pirkko Arstila johdatti Ketut teen ihmeelliseen maailman Lauttasaaren kattojen yllä 17.5.2018.

Saimme maistella loistokkaan kavalkadin toinen toistaan hienostuneempia teelaatuja. Makunystyröitämme hivelivät teeruusuke Idän aurinko, valkoinen Silver Needle, vihreä Lohikäärmeen kaivo ja Japanin Sencha, Milky Oolong ja savuinen musta Lapsang Souchong. Teetä ol ruusukkeina, kakkuina, neulasina, teenappeina, jauheina ja teelehtinä.

Hyvän ja laadukkaan teen suosio on kasvanut Suomessa lyhyessä ajassa, eikä vähiten Pirkko Arstilan ansiosta. Vielä joitakin vuosia sitten Suomen ainoa teehen erikoistunut kauppa oli Turussa. Nyt niitä on kymmeniä aina Rovaniemelle asti.

Pirkko, joka Teen Ystävät ry:n perustajana ja puheenjohtaja on toiminut väsymättä teen puolesta puhujana Suomessa, kertoi meille kiehtovia tarinoita teen historiasta.

Teepensas oli alunperin puu, jota alettiin leikata matalammaksi lehtien poiminnan helpottamiseksi. Teetä viljeltiin vain Kiinassa, eikä teepuita saanut viedä maasta. Myöhemmin britit löysivät Assam -teepuun Intiasta vuonna 1823, alkoivat jalostaa teetä ja veivät teen kaikkialle brittiläiseen imperiumiin. Hienoin brittiläisen teejalostuksen tulos on Darjeeling Himalajan tienoilla. Alueen teetä kutsutaan teen samppanjaksi. Kevään ensi sato on brändätty nimellä "First Flush". Tänä vuonna sadon kerrotaan olevan erinomaisen hyvää.

Vanhin tapa kuljettaa teetä oli puristaa teelehdet tiiliksi. Teetiiliä käytettiin myös rahana. Sodan aikana venäläisillä sotavangeilla oli mustia teetiilen kappaleita, joita suomalaiset luulivat mustiksi sokerinpaloiksi. On myös numeroituja tiiliä, joissa näkyy keltaisia pilkkuja. Pilkut ovat arvokasta ja maukasta teehometta.

Teetä alettiin puristaa myös kakuiksi ja syntyi kiinalainen musta tee nimeltä Pu'erh. Se on ainoa teelaatu, joka paranee ikääntyessään, ja vanhoista teekakuista maksetaan huimia summia huutokaupoissa. Pu'erh teen lempinimi on "rasvasieppo", koska kiinalaisen lääketieteen mukaan se alentaa kolesterolia.

Samoin kuin kahvissa, teessäkin on kofeiinia, jonka määrä riippuu maaperästä, poiminta-ajasta ja käsittelystä. Teen "salainen ase" on aminohappo nimeltään L-teaniini, jonka japanilainen tutkija löysi vuonna 1994. L-teaniinin sanotaan tuottavan aivoihin mielihyvää aiheuttavia Alfa -aaltoja, ja se hidastaa myös kofeiinin imeytymistä. Siksi teen virkistävä vaikutus syntyy hitaammin kuin kahvin, mutta kestää pidempään. Jos olet masentunut, juo kuppi teetä! Have a nice cup of tea!

Teen valmistuksessa veden lämpötila on kohtalon kysymys. Nyrkkisääntönä voi pitää noin kolmen minuutin haudutusaikaa veden lämpötilan ollessa n. 80 - 90 astetta. Kiinalaisten

mukaan veden pitää kiehua "kalan silminä" ei "kaljupäisinä ukkoina". Pirkon neuvon mukaan teen kanssa pitää hieman "klotata", ennen kuin löytää itselleen sopivan teen vahvuuden.

Pirkon vinkki hellejuomaksi on esimerkiksi laittaa jääkaappiin vesikannuun vihreää teetä tai Oolongia kuivana, siis keittämättä, ja antaa sen olla jääkaapissa yön yli. Virkistävän juoman saa myös vatkaamalla puoli teelusikallista japanilaista jauhemaista Matcha -teetä appelsiinimehuun tai makuveteen. Se on vahvempaa ja terveellisempää kuin energijuomat. Kahvin ja teen "sekakäyttäjille" vinkiksi, parhaimman piristyksen löytää juomalla päivän mittaan kahvia ja teetä vuorotellen. Siitä syntyy kofeiinin ja L-teaniinin menestyksekkäs liitto!

Teen Ystävät järjestää joka vuosi teevaelluksen Helsingin ydinkeskustassa sijaitsevalla Tea District -alueella, mistä löytyy useita erikoisteekauppoja. Tea District -kartta löytyy linkistä:

<https://www.teenystavat.fi/tea-district-helsinki>

Lisää tietoa teestä löytyy muun muassa Teen Ystävät ry:n nettisivuilta:

<https://www.teenystavat.fi/>

Jatkona Pirkon tarjoamalle rautaisannokselle teetietoutta Ketut järjestää teekoulutuksen ja vierailun Forsmanin teetaloon myöhemmin syksyllä.

<http://www.forsman-tea.com/fi/teemyymala/>

teksti Helena Laatio

kuvat Matti Ristimäki