

De Theeleggraaf

Lekker ff zitten. Theetje drinken.

1e jaargang

Gratis exemplaar

Door: Sander Kriek

Mei 2012

**Thee en afvallen
- het verhaal**



30 jaar oude witte thee ontdekt

Beijing, China
In een vergeten hoek in een opslagruimte van de theeleveranciers van 'Thee van Sander' is onlangs een partij gerijpte witte thee gevonden.

Volgens administratie zou deze partij al in 1982 opgeslagen zijn voor verdere rijping. Nu besloten is deze vondst op de markt te brengen geeft dat mensen de mogelijkheid kennis te maken met deze voor Nederland unieke thee. Naar verluid heeft de smaak wat weg van een pu-erh thee maar heeft het z'n witte karakter niet verloren.

2 kopjes groene thee per dag



· Hoge kwaliteit groene thee

door Sander Kriek

In theehuis 'Thee aan Zee' in Kijkduin is de meest gestelde vraag: 'van welke thee val ik af'. Daarmee duidelijk makend dat afvallen een onderwerp is welke nog zeer veel mensen aanspreekt.



Onlangs berichtte de online theekrant 'Teaguardian' over het verband tussen groene thee en afvallen. In een studie van 12 weken met 132 personen met overgewicht verloren de mensen die 3x per week aan sport deden én 214,4 gram EGCG innamen (de werkzame stof in thee) gemiddeld 7,7% overtollig vet. De mensen die ook aan sport deden maar niet de EGCG innamen verloren gemiddeld 0,3% vet.

Sislinethee een hit

Sisline, een relatief onbekende thee uit West-Afrika, gemaakt van gedroogde bladeren van de struik 'Sils Lippia Multiflora Chevalier' is een groot succes!

Een hoop mensen weten de weg naar deze thee inmiddels te vinden mede dankzij de gezonde eigenschappen die aan deze thee worden toegeschreven. Zo zou hij een reinigende en ontstekingsremmende werking hebben, anti-oxidanten bevatten en geen cafeïne. Niets voor niets noemen de mensen uit West-Afrika de struik ook wel 'Healer Herb' of 'Bush Tea'.

Kwaliteitsthee

Groene thee kan 2 tot 203 mg EGCG bevatten per 100ml. Doorslaggevende factoren in concentratie zijn de gebruikte bladeren en versheid.

Fijngehakte thee in zakjes staat bloot aan lucht wat de thee zeer snel verouderd. Tevens bevat jong blad verhoudingsgewijs meer EGCG dan ouder blad



**·China wacht!
Nu de nieuwe
theeblaadjes
geogst zijn en
bewerkt tot
groene thee
wordt groene
het tijd deze in
te kopen! Van
4 t/m 9 juni
vind de reis
plaats naar
Beijing. De thee
is direct te
proeven op
zondag 10 juni
in Thee aan
Zee in
Kijkduin.**

Thee zee