

OSNOVNA ŠOLA FRANA ROŠA

Cesta na Dobrovo 114

3000 CELJE

KULTURA PITJA ČAJA PRI SLOVENCIH

RAZISKOVALNA NALOGA

AVTORICE:

Nermina Husejnović, 8. razred devetletke

Lucija Lončar, 8. razred devetletke

Vesna Škafar, 8. razred devetletke

MENTORICA:

Bojana Zorko

ŠOLSKO LETO: 2004/2005

Celje, marec 2005

KAZALO VSEBINE

1.	POVZETEK.....	4
2.	UVOD.....	5
3.	HIPOTEZA.....	6
4.	CILJI.....	6
5.	MATERIAL IN METODE DE LA.....	7
6.	ZGODOVINA IN RAZVOJ ČAJA.....	8
6.1	Zgodovina čaja.....	8
6.2	Čajni obredi drugod po svetu.....	11
6.3	Čajni grmiček.....	14
6.4	Kako čaj vpliva na telo?.....	17
6.5	Glavni učinki čaja na telo.....	21
7.	OBISK ČAJNIKA.....	22
7.1	Intervju.....	22
7.2	Obisk Čajnika – Celje.....	24
8.	DELO NA TERENU-OBISK LJUBLJANE.....	27
8.1	Zeliščarka Terezija Nikolčič.....	27
8.2	Obisk čajne hiše Cha.....	30
9.	ČAJNE FILTER VREČKE.....	37
9.1	Kaj skriva čajna vrečka?.....	37
10.	ANKETIRANJE.....	39
10.1	Po telefonu.....	39
10.2	Anketiranje uslužbencev Cinkarne, Etola, Remonta ter Zavoda za zdravstveno varstvo Celje.....	40
10.3	Anketiranje učencev OŠ Frana Roša in OŠ Žalec.....	46
10.4	Anketiranje dijakov srednje gostinske ter zdravstvene šole Celje.....	51
11.	Pridelovalci čajev pri nas.....	56
11.1	Kdo se v Sloveniji ukvarja s prodajo ali predelavo čaja?.....	56
11.2	Krka.....	56
11.3	Droga Portorož.....	57
11.4	Dvorec Trebnik – Slovenske Konjice.....	57
12.	PRIPRAVA ČAJA.....	60

13.	ZAKLJUČEK.....	61
14.	ZAHVALA.....	62
15.	UPORABLJENI VIRI IN LITERATURA.....	63
16.	PRILOGE.....	64
16.1	Primer ankete za odrasle.....	64
16.2	Primer ankete za učence in dijake.....	67
16.3	Primer ankete po e-mailu za proizvajalce čajev v Sloveniji.....	70
16.4	Recepti.....	71

1) POVZETEK

Zmotno je prepričanje, da je topel čaj dobrodošel le pozimi. V poletnih mesecih pomirja in kar nekako odžene toploto, so prepričani Kitajci.

Čaj ima v Sloveniji vse več privrženecv vseh generacij. Njegovo pitje je na vzhodu poseben obred, izraz spoštovanja in naklonjenosti. V večini evropskih držav in tudi pri nas pa je predvsem spremljevalec ob prijateljskem klepetu. Večina Slovencev ne pozna pravega zdravilnega učinka čaja, ampak ga pije samo za žejo ali iz navade. Mnogo ljudi tudi ne ve, ali ima v svojem mestu/okolici kakšno čajnico. Večina jih ob tem vprašanju le ugiba. Slovenci raje pijejo čaj iz filter vrečk in po navadi pijejo le sadne čaje. Izogibajo se pripravi čajnih mešanic in pitju pravih čajev. Ugotovile smo tudi, da Slovenci ne poznajo pravega izvora čaja, sklepajo ga le po tem, koliko čaja pridelala določena država. Večina ljudi pije čaj z različnimi dodatki, le malo pa jih pije čaj brez dodatkov. Prebivalci Slovenije pijejo čaj predvsem pozimi, le redki pa pijejo čaj skozi vse leto. Ne poznajo čajnih obredov, čaj jim predstavlja le zdravilni napitek ali napitek za žejo.

2) UVOD

Za raziskovalno nalogo Kultura pitja čaja pri Slovencih smo se odločile, ker nas zanima ali Slovenci poznamo kulturo pitja čaja, kako smo povezani s čajem in kakšno je naše poznavanje čaja. Predvidevamo, da v Sloveniji pijemo čaj kot napitek. Pijemo ga zgolj za žejo ali iz navade, vendar nam ne predstavlja posebnega obreda.

Cilj raziskovalne naloge je, da izvemo kaj Slovenci menijo o naši kulturi pitja čaja. Ugotoviti želimo tudi ali Slovenci znamo pripraviti čaj, ter ali pijemo različne vrste čaja. Zanima nas tudi, če naš narod pozna znane vrste čajev ali le tipične sadne in zeliščne ter nekatere vrste pravih čajev.

Problem prebivalcev naše države je, da čaj za nas predstavlja le navaden napitek. Ob posebnih priložnostih ponudimo raje kavo ali razne alkoholne pijače.

Pri raziskovalni nalogi smo se odločile za več različnih metod:

- Anketiranje
- Intervju
- Delo na terenu

Za anketiranje smo se odločile, ker smo želele zvedeti koliko čaja sploh popijemo Slovenci, njihov odnos do čaja ter koliko se na čaj spoznajo.

Za intervju smo se odločile, ker smo dobile priložnost, da postavimo nekaj vprašanj osebi, ki je nekoč delala v Čajniku.

3) HIPOTEZA

- Menimo, da Slovenci pijemo premalo čaja.
- Nanj se ne spoznamo in ne vemo od kod izvira.
- Čaj nam predstavlja le vsakodnevni napitek s katerim potešimo žejo.
- Malo ljudi uporablja čaj kot zdravilo.
- Ne poznamo in ne izvajamo čajnih obredov.
- Pravih pivcev, ki poznajo in tudi izvajajo čajne obrede je izjemno malo.
- K čaju dodajamo dodatke: limona, med, slivovka, rum, ki so naša navada.
- Celjani in prebivalci, ki živijo v okolici Celja ne vedo, da imamo v Celju čajnico.
- Čaj s čajnimi lističi pripravlja zelo malo ljudi.
- Največkrat pripravljamo čaj iz filter vrečke, saj nam omogočajo hitrejšo in lažjo pripravo čaja.

4) CILJI

Želele smo:

- spoznati, kako Slovenci pripravljamo čaj;
- ugotoviti, katere dodatke dodajamo čaju;
- raziskati, ali poznamo sestava čaja;
- ugotoviti, kdaj spijemo največ čaja;
- raziskati, katerega čaja popijemo največ;
- ugotoviti, če poznamo zdravilne učinke posameznih čajev;
- ugotoviti, kaj Slovenci menijo o kulturi pitja čaja v Sloveniji;
- ugotoviti, katera podjetja na Slovenskem se ukvarjajo s proizvodnjo čaja;
- raziskati, kaj Slovincem predstavlja čaj;
- preveriti, ali Slovenci v bližini svojega kraja poznajo kakšno čajnico.

5) MATERIAL IN METODE DE LA

V svoji raziskovalni nalogi smo uporabili več metod dela:

1. ANKETIRANJE

a) PO TELEFONU

Od 17.00 do 20.00 ure zvečer smo iz OŠ Frana Roša klicale v Ljubljano, Koper, Mursko Soboto, Maribor ter Novo Gorico. Za telefoniranje smo se odločile, ker ta metoda postaja v Sloveniji vse bolj aktualna. Tako smo poskušale zajeti v anketo tudi druga področja v Sloveniji.

b) PISNO

Anketirale smo:

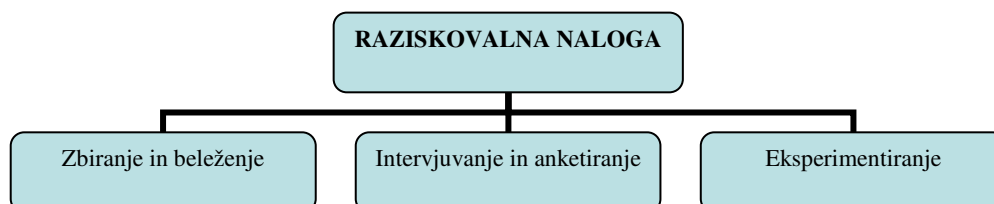
- dijake srednjih šol: gostinske in zdravstvene šole v Celju
- učence osnovnih šol: Frana Roša ter Žalec
- uslužbenke podjetij: Cinkarne, Etol, Remonta in Zavoda za zdravstveno varstvo Celje

2. INTERVJU

Vzpostavile stik z nekoč dejavno natakario čajnice Čajnik v Celju .

1) EKSPERIMENTIRANJE

- PITJE ČAJA V ČAJNICI ČAJNIK V CELJU
- OBISK DVORCA TREBNIK V SLOVENSKIH KONJICAH
- OBISK TEREZIJE NIKOLČIČ
- OBISK ČAJNE HIŠE CHA V LJUBLJANI



6) ZGODOVINA IN RAZVOJ ČAJA

6.1 ZGODOVINA ČAJA

Raziskovalci zgodovine še danes ne vedo natanko, kdo je čaj odkril. V Aziji imajo Japonci, Kitajci in Indijci svoje legende o nastanku čaja.

KITAJSKA LEGENDA:

Okrog leta 2750 pred našim štetjem je na Zemlji živel cesar Shen Nung. V tistem času so kot napitek vodo prekuhali. Nekega poletnega dne, ko so vodo prekuhali v senci drevesa pa je v lonec padel list čajevca. Ko je cesar poskusil ta čaj je bil nad okusom zelo navdušen, napitek pa ga je osvežil in mu pregnal utrujenost in zaspanost.



Slika 1: Prizor iz kitajske legende (J. Štampfl, Čas za čaj)

JAPONSKA LEGENDA:

Nekoč je živel kraljevič Bodhidharma. Zaobljubil se je, da sedem let ne bo spal, nekega dne pa je zaspal. Ko se je prebudil je bil tako jezen, da si je odrezal veke in ju vrgel na tla. Zjutraj sta na tem mestu stala dva grma, ki sta imela liste v obliki vek.

INDIJSKA LEGENDA

Kraljevič Bodiharma se je zaobljubil, da sedem let ne bo spal. Peto leto ga je začel spanec tako premagovati, da je z bližnjega drevesa odtrgal nekaj listov in jih začel žvečiti. Začutil je, da postaja buden, okus pa ga je navdušil in ga navdal s svežino.

Znano je da ljudje čaj pijemo že 3000 let ali več. Zgodovinarji so prepričani, da čaj prihaja iz Azije, ne vedo pa natančnega izvora.

Danes je znano, da so Kitajci prvi pili čaj. Prvič je bil čaj omenjen v četrtem stoletju, ko je general Liu Kun napisal pismo svojemu nečaku, v katerem mu je povedal, da se počuti starega in depresivnega. Prosil ga je za »t'u«, ki naj bi osvežili njegovo dušo in telo.

V 15. stoletju se je uživanje čaja zelo razširilo v Aziji. Leta 1559 so Portugalci prinesli prve novice o čaju v Evropo, prvi čaj pa so tja pripeljali Nizozemci. Čaj je postal širše uporaben šele v 17. stoletju, ko sta ga že poznali Evropa in Rusija. Čaj se je po Evropi hitro razširil. Angleži so ga leta 1750 razglasili za nacionalno pijačo. Čaj je dolgo veljal za luksuzno pijačo, vendar je povpraševanje po njem nenehno raslo. Zelo je bil priljubljen v Rusiji, kjer so imeli prave specialiste za pripravljanje čaja in sestavljanje različnih čajnih mešanic. V 19. stoletju se je poraba čaja razširila po vsem svetu.

Kako je nastala beseda ČAJ?

Kitajci so pred našim štetjem čaj imenovali z besedo »TU«, ki je imela več pomenov. Z njo so označevali več zelišč med njimi tudi čajevec. V tretjem stoletju pred našim štetjem pa je neki pojasnjevalec spremenil »TU« v »CHA« - čaj.

Evropske dežele (na primer Turčija, Rusija,...) in Japonska so čaj dobivale od Kitajcev s severnih predelov in jih posnemale tudi pri poimenovanju, saj mu pravijo »cha« oziroma »tchai«.

V angleškem, nemškem in španskem jeziku je ime podobno tistemu iz južnokitajskega dialekta, to je »te«.

Pripravljanje čaja nekoč:

Skozi več stoletij se je pitje čaja spreminjalo. Ločimo tri glavne načine priprave čaja:

- KLASIČNI
- ROMANTIČNI
- DEKADENTNI

Med vladanjem dinastije Tang so lističe čajevca zvijali v kroglice, kolačke ali kvadre. Pred pripravo so čaj zdrobili med dvema listoma papirja, ko pa je voda zavrela so vanjo dali sol in po prvem kipenju še čaj. Vse so zalili z zajemalko mrzle vode.

Drugi takratni vir pa prvi, da so čajni kolač segrevali dokler se ni zmeščal, zdrobili so ga, zdrobljene delce pa so dali v porcelanasto posodo, jih prelili z vrelo vodo ter dodali čebulo, ingver ter pomaranče.

Med vladanjem dinastije Sung so lističe čajevca zmleli v prah, nato so ga stepali, da so dobili neke vrste peno. Iz tega časa izhaja tudi prvo sajenje čajevca na Japonskem, tja pa so seme prinesli budistični duhovniki. Takrat je japonski cesar čaj obdavčil.

V času, ko je vladala dinastija Juan je ta način priprave čaja potonil v pozabo, naslednja dinastija Ming pa je pripravljala čaj na način kot ga pripravljamo danes.

6.2 ČAJNI OBREDI DRUGOD PO SVETU

ČAJNI OBREDI:

Japonski:

SLOVARČEK IZRAZOV:

CHABAKO – omara v kateri shranjujejo čaj

CHADO (izg. sado) – čajna pot, po izvornem japonskem zen budizmu

CHAKIN – grob, lanen prtiček, ki ga pred uporabo navlažijo

CHASEN – metlica za penjenje zelenega čaja, narejena iz bambusa

CHASAKU – žlica iz bambusa

CHAWAN – čajna skodelica brez ročaja

FUKUSA – svilen prtiček, rdeče vijoličaste ali rjave barve

HISHAKU – zajemalka iz bambusa za zajemanje vroče vode

KAMA – čajna posoda

KAMASHIKI – podstavek za posodo

KASHIKI – kuhinjski pladenj za čajno pecivo

KOBOSHI – bronasti ali keramični lonček za vodo

MIZUSASHI – posoda iz keramike s pokrovom s svežo, hladno vodo

NATSUME – škatlica za shranjevanje čaja

V restavracijah pred obiskom gostov mojster očisti in pripravi čajno sobo. Nato pripravi še hrano. Ko pridejo, se gostje usedejo na kolena in pete. Nato pride mojster po kolenih in gostom postreže pripravljeno hrano. Ko pojedjo se gostje med pogovorom prestavijo na vrt. Tam počakajo, da mojster pripravi vse potrebno za čajni obred.

MOJSTROV POSTOPEK PRIPRAVE ČAJNEGA OBREDA:

Najprej obriše vso posodo s fukoso, nato vzame hishaku. Z njo zajame vročo vodo in jo vlije v chawani. S to vodo skodelico opere in vodo zlije v kensiu. Ko gostu ponudi pecivo, ga ta postavi na prtiček, ki je red njim. Zahvali se mu s predklonom in poda krožnik sosedu. Med tem mojster s chasakom vsuje malo čajnega prahu v skodelico, zajame vročo vodo. Vroči vodi doda malo mrzle, da jo osveži in vlije v skodelico. Z metlico stepa čaj, dokler se ne naredi zelena pena (žadova pena). Skodelico poda prvemu gostu, priklonita se drug drugemu, nato pa gost skodelico dvigne z desno roko, jo položi na levo ter zasuče trikrat v smeri urinega kazalca. Naredi tri požirke, s prtičkom obriše rob skodelice kjer je pil in zavrti v

obratni smeri za tri vrtljaje. Skodelico nato vrne mojstru. Mojster postopek priprave čaja ponovi, skodelico poda naslednjemu gostu; gosta se drug drugemu priklonita. Mojster na koncu vse umije, očisti in pospravi. Ko konča se mu vsi priklonijo.



Slika 2: Pribor za japonski čajni obred (Š. Fajmut, Kultura pitja čaja)

Maroški:

V Maroku pijejo čaj s svežo meto. Zviti čajni lističi se v vroči vodi razvijejo in postanejo precej veliki. V vodo dajo metine liste in nato večkrat prelivajo iz posode v posodo. S tem raztopijo toliko sladkorja, kolikor se da.

Angleški:

Spijejo približno 3,3 kg čaja na prebivalca. Čaj pijejo zjutraj in popoldan in zvečer.

JUTRO (Early morning tea): To je za Angleže pred zajtrk, pijejo pa ga tudi pri zajtrku. Čaj vedno strežejo iz ročke, ker bi bila ena skodelica premalo. Zraven dodajo mleko in sladkor. Vroči čaj vedno vlivajo v mleko, da jim ni treba mešati. Mešajo samo v primeru, če dodajo sladkor. Tipičen angleški zajtrk je jajce pečeno na oko, klobasice in lahko pecivo.

POPOLDAN (Five'o clock tea): Mizo pogrnejo s prtom, ki je nežne, svetle barve. Zraven dajo serviete, ki se ujemajo z barvo prta. Čaj pijejo iz posode, ki je narejena iz finega porcelana. Kot dodatek k čaju postrežejo beli kandis, mrzlo mleko, rum v mali ročki in limonine rezine. Ponudijo tudi pikantno ali sladko pecivo, nikoli pa torte, kreme ali drugega težkega peciva.

VEČER (High tea): Postrežejo ga ob šestih zvečer v dnevni sobi ali na vrtu. Na mizi je pripravljen komplet za pripravo čaja – porcelanasta ročka, ki stoji na posebnem grelniku.

Okrog nje so poleg skodelic za čaj tudi razni dodatki: peciva, sendviči, obloženi kruhki, razni topli prigrizki... Zraven je tudi sveže pripravljen čaj in tradicionalni dodatki: marmelada, maslo, smetana, sladkor in rum. Ko nehajo jesti lahko pecivo, preidejo k drugim jedem, takrat pa čaj zamenjata vino in viski. S tem se pogostitev konča.



Slika 3: Five'o clock tea (J. Štampfl, Čas za čaj)

Francija:

Čaj se v Franciji ni posebej uveljavil. Na eni strani države so bili zeliščni čaji, na drugi kava, vmes pa so se pojavili medicinci, ki jim okus čaja ni bil všeč. Vzrok za to je tudi, da je Francija vinska dežela; vino in čaj pa ne gresta dobro skupaj, razen v koktejlih. Čaj jim predstavlja le zdravilni napitek.



Slika 4: Francoski čajni coctail (Kaprica 2003)

Slovenija:

Slovenija tako kot Francija čaja ne pije redno in zanj ne prireja nobenih obredov. Največ čaja popijemo pozimi, ker so takrat najbolj razširjene razne bolezni, na primer prehlad, gripa, angina... V tem času popijemo več zeliščnih kot sadnih čajev. Pri nas so najbolj razširjene vrste zeliščnega in sadnega čaja, najde pa se tudi kakšen primerek pravega čaja.

Še vedno raje spijemo skodelico kave kot čaja. Kavni servisi so se vedno bolj prodajali kot čajni. Tudi ob obiskih ponudimo kavo, le malo kje po Sloveniji pa družina ponudi čaj. Tudi tisti posamezniki, ki spijejo več čaja kot kave in imajo čajne obrede, so večinoma Srbi, Hrvati in Bosanci, ki imajo slovensko državljanstvo. Na prodajo čaja pri nas vpliva prodajna politika. V Sloveniji lahko večinoma kupimo čaj le v filter vrečkah, pri zeliščarjih pa lahko dobimo tudi čajne lističe. Zato večina Slovencev pije čaj iz filter vrečk.

6.3 ČAJNI GRMIČEK

Kitajska

Predhodnik današnjega gojenega čajnega grma ima svoje korenine najverjetneje v kitajskih gozdovih blizu meje z Burmi in Indijo. Grmiče, ki zrastejo tudi do deset metrov visoko, so Kitajci poznali že pred pet do šest tisoč leti. Njihovo načrtno gojenje in pridelava pa imata dve tisočletno tradicijo.

Zahodni botaniki kitajski grm uvrščajo v družino zimzelenih rastlin, imenujejo ga *Camellia Sinensis*, indijsko različico pa *Camellia assamica*.

Čaj izdelujejo iz mladih, nežnih lističev čajnih grmov, ki jih obrezujejo, da ne zrastejo previsoko. Nikoli ne uporabljajo cvetov, ki so brez okusa ali semen in celo strupena. Sezona obiranja je različno dolga, odvisna od podnebnih razmer. Različice čajev izvirajo iz ene vrste čajevca in različnih postopkov pridelave. Po obiranju in takojšnjem sušenju na vročem zraku dobimo zeleni čaj. Zato temno zeleni sveži listi ohranijo vsaj svojo približno barvo. Zdrobljeni lističi za pripravo črnega čaja, kot ga imenujejo zahodnjaki, fermentirajo, kar pomeni, da oksidirajo in dobijo rjasto ali rdečkasto rjavo barvo. Na Kitajskem mu pravijo rdeči čaj. Oolong se le za kratek čas izpostavi oksidacijskim procesom. Čaj, ki ga stisnejo in

mu oblikujejo trdno formacijo, je najprimernejši za prevoz. Kitajci tako pripravljenega imenujejo črnega.

Kitajci iz različnih cvetlic, plodov in eteričnih olj že stoletja dolgo pripravljajo odišavljen čaj. Jasminov in magnolijin je priljubljen v nekaterih severnih predelih, radi pa ga imajo tudi Evropejci.



Slika 5: Nabiralci čaja na Kitajskem
(Ona, priloga Dela, str.46, 47)



Slika 6: Čajni grmiček

Šrilanka

Sri Lanka's original-najboljši črni čaj na svetu.

Prvotno na cejlonu(kot se je Šrilanka imenovala) ni domoval čaj, temveč kava. Na otok so ga prinesli Angleži. Prva plantaža čajevca je nastala šele leta 1867. Zaradi ugodnega tropskega podnebja in visoke lege(skoraj 2000 metrov nadmorske višine), je postal in ostal hrbtenica preživljanja prebivalcev.

Od takrat se v proizvodnji čaja ni nič bistveno spremenilo.Ko čaj naberejo, ga odpeljejo v tovarne. Tam nabrane vršičke najprej posušijo na vročem zraku, tako da lističi izgubijo 60 odstotkov vlage. Nato jih stiskajo, fermentirajo-dobijo močnejši okus. Potem sledi sortiranje in ponovno sušenje, na koncu še spravilo v vreče in vse je pripravljeno za prevoz.



Slika 7: Nabiralka čaja na Šri Lanki (J. Štampfl; Čas za čaj)



Slika 8: Nasad čaja na Šri Lanki (Š. Fajmut; Kultura pitja čaja)



Slika 9: Tamilske nabiralke čajev (Ona, priloga Dela, str. 25, 26)

6.4 KAKO ČAJ VPLIVA NA TELO

Bi požirek zdravja?

Ni vse čaj, kar teče. Čaj je takoj za vodo druga najpogostejša pijača na svetu. Najrazličnejše vrste so mnoge navdihnile za preizkušanje in odkrivanje zdravilnih ter drugih učinkov napojev zelenega čaja, puerha, rooibosa in kombuča.

Pitje čaja, polnega zdravju koristnih snovi, antioksidantov, zavira staranje, podaljšuje življenje in odganja mnogo kroničnih bolezni, tudi raka in bolezni srca. Dovolj razlogov, da bi vsak dan znova vzamemo čas zanj. Ob tem se je potrebno med uživanjem čaja izogibati godrnjavi postrežbi, slabi volji, denarnim skrbem in številni družbi.

Čaj odvaja vodo iz telesa, pospešuje prebavo in želodčnim sokovom pomaga prebavljati hrano, je naravna pijača, ne vsebuje sladkorja in ostalih ogljikovih hidratov, pospešuje delovanje centralnega živčnega sistema in dihal, tako krepi umske in telesne moči ter odpravlja utrujenost in pobitost.

Glavne sestavine čaja so: kofein, čreslovine, eterična olja, minerali, vitamini in je torej veliko primernejši za pitje kot kava, saj vsebuje polovico manj kofeina in ima do desetkrat več kalcija, več kalija in fosforja, vitamine A, D, B1, B2, E, C, čreslovine ter do šestkrat manj maščob kot kava.

KOFEIN (nekoč napačno poimenovan tein) v čaju je alkaloid. To so različne snovi, ki nastanejo kot izločki v rastlinah. Kofein najdemo tudi v kavi in kakavu. Njegov fiziološki učinek se kaže predvsem v pospešenem srčnem ritmu in povečanem odvajanju vode iz telesa. Prav kofeinu gre pripisati poživljajoč učinek čaja. Veže se na čreslovine in deluje povsem drugače kot kofein v kavi.

Kofein v čaju ne deluje na srce in krvni obtok, kot v kavi, temveč preko boljše prekrvavitve možganov in povečane izmenjave možganske tekočine, neposredno vpliva na možgane in centralni živčni sistem. Tako lahko pojasnimo povečanje koncentracije in reakcijske sposobnosti po pitju čaja.

ČRESLOVINE (tanin) čreslovine verjetno bolje poznamo kot strojilo za živalske kože. V čaju ne gre za takšne vrste čreslovine. V čaju imajo povsem drugačne lastnosti, odkrili pa so jih v čaju več kot dvajset različnih. V popkih in mladih listih je čreslovin manj kot v starejših, bolj razvitih listih čajevca. Največ čreslovin vsebujejo zeleni čaji. Čreslovine v zelenem čaju zmanjšujejo količino nevarnih maščob, ki nastajajo v človeškem telesu in upočasnjujejo staranje. Tanini v zelenem čaju vežejo težke kovine in jih tako lahko organizem izloči. Če se težke kovine akumulirajo v telesu, razgrajujejo telesne proteine, zavirajo metabolizem in delujejo kancerogeno. Čreslovine navsezadnje delujejo pomirjajoče na želodec in sluznico črevesja, saj delujejo stabilizacijsko na prebavni trakt. Prav zato smemo čaj piti pred in po jedi ter tudi med jedjo. Obe omenjeni skupini pa delujeta vzajemno. To je pri čaju pomembno, da deluje kot poživilo. Zaradi skupnega delovanja kofeina in čreslovine vpliva črni čaj na znižanje krvnega tlaka. Čreslovina namreč zavira oz. usmerja delovanje kofeina, zato traja poživljajoč učinek dlje in preneha, ne da bi se pokazala kakšna utrujenost.

ETERIČNA OLJA so hlapne snovi, ki jih rastline uporabljajo za privabljanje opraševalcev. Na njihov vonj ne ostane imun tudi ne človek. Pri čaju so pravzaprav eterična olja tista, ki mu dajejo aromo.

MINERALI in VITAMINI: Nekaj jih je že bilo omenjenih. V čaju najdemo fluor, ki utrjuje zobno sklenino. Najdemo kalij, ki uravnava nivo sladkorja v krvi. Kalcij je pomemben za kosti in živčevje. Tu so še natrij, fosfor, železo. Vitamini B – kompleksa, ki jih najdemo v čaju, so pomembni za metabolizem in rast mladih ter za ohranjanje vitalnosti pri starejših.

IN ŠE:

Številne raziskave na živalih so pokazale, da naj bi imela tako zeleni kot črni čaj zdravilne lastnosti. Dokazovali so, da koristne snovi zmanjšujejo pojavljanje raka na pljučih, dojki, črevesju in koži. Ni pa enotnosti, katere snovi naj bi imele omenjene varovalne lastnosti. Morda skupine polifenolov, naravni čaj antioksidant taninska kislina. Varovali naj bi celično DNK pred vplivi karcinogenov.

Zeliščni čaji:

Zeliščni čaji na naše telo delujejo zelo blagodejno. V njih je zelo veliko vitaminov. Ima veliko zdravilnih naravnih učinkovin, ki jih organizem sprejema v neškodljivih količinah.

Osnovna sestavina za zeliščne čaje so zdravilne rastline, ki rastejo pri nas (npr.: kamilica, meta, lipa, šipek) ali tiste, ki pri nas ne uspevajo (npr.: hibiskus). Čaj lahko pripravljamo iz ene same rastline ali iz mešanice več zdravilnih rastlin. Po podatkih Slovenci popijemo največ planinskega, kamiličnega in šipkovega čaja.

Primer:

Čaji wellnes:

Čaj je mešanica osmih zelišč, med njimi so npr. rooibos, honeybush, komarček in ginsenga. Pripomorejo k harmoniji uma in telesa ter koristijo nekaterim telesnim funkcijam-spodbujajo prebavo. Čaj je zelo osvežilen in poživlja ne glede nato, da ne vsebuje kofeina.

Je rdeče vijolične barve. Ima aromo črnega ribeza. Za pitje je primeren kadar koli, predvsem pa takrat, ko potrebujemo nekaj, da nas osveži in poživi.

Sadni čaji

Sadni čaji so zelo priljubljena pijača 90-ih let, ki se je razvila iz zeliščnih čajev. Šipku in hibiskusu so dodali suho sadje, predvsem suha jabolka in ostale plodove- bezgove jagode, borovnice, limonine ali pomarančne lupinice.

Zaradi zelo podobne osnovne sestave sadnih čajev dodajajo za raznolikost okusov in bogat intenziven vonj sadne arome. Okusi jagode, divje češnje, borovnice in marelice najbolj privabljajo mlade med petnajstim in tridesetim letom.

Pravi čaji

Osnova za vse vrste pravih čajev so vršički in lističi čajnega grmička. Izvorna rastlina pravega čaja v botaničnem smislu je ena sama. Dejavniki, ki vplivajo na kakovost in vrsto pravih čajev, so: podnebje, lega, nadmorska višina, sestava tal in način predelave. Črni in zeleni pravi čaj se razlikujeta po načinu predelave čajnih lističev.

Zeleni pravi čaji:

Lističi in vršički čajnega grmička, ki pri predelavi niso izpostavljeni fermentaciji, ohranijo zeleno barvo. Čaj iz teh lističev imenujemo zeleni pravi čaj. Domovina zelenega čaja sta Kitajska in Japonska. Najboljši japonski zeleni čaji so živo zelene barve, ker vsebujejo zelo veliko klorofila.

Ledeni čaj:

Anglež Richard Blechynden se je leta 1904 udeležil svetovne razstave v St. Luisu, da bi na njej predstavil in populariziral indijski črni čaj. V vročini, ki je vladala v času razstave, udeleženci niso kazali navdušenja nad toplo pijačo. V obupu je prelil čaj preko kock ledu in tako nehote "izumil" pravo pijačo za gašenje žeje v vročih poletnih dneh-ledeni čaj.

Instant čaji:

Instant čaji so namenjeni hitri pripravi čaja, pojavljajo pa se v obliki v vodi lahko topnih granul.

Ajurvedski:

Beseda ajurveda pomeni znanost o življenju ter izvira iz Indije.

Čaj se uporablja ob bolezni. Takoj ko s telesom nekaj ni v redu, ta čaj ob pomoči naše pravilne prehrane telesu znova vrne njegove vitalne moči. Čaj ne zdravi hitro, ampak samo spodbuja telo, da se samo pozdravi. Pomirja, poživilja in skrbi za telesno ravnovesje.

6.5 GLAVNI UČINKI ČAJA NA TELO

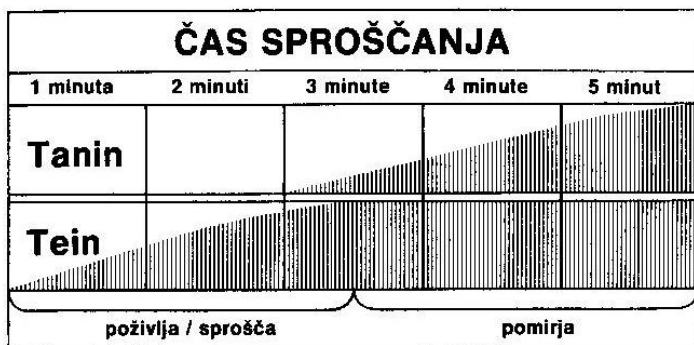
- Pomaga pri nespečnosti
- Vpliva na splošno počutje organizma
- Pomirja
- Pomaga pri želodčnih težavah
- Čisti kri
- Bistri oči
- Izboljšuje spomin
- Pomaga pri hujšanju...

Seveda pa je učinek odvisen tudi od vrste čaja.

UČINKI ZELENEGA ČAJA:

Najpomembnejše sestavine zelenega čaja so metilksantini v katerih je največ kofeina, ki poživilja telo. Aromo čaja določa eterično olje, ki vsebuje več kot 300 spojin. Zavira tudi nekatere encime, ki imajo velik pomen pri nastanku tumorja, vplivajo pa tudi na izražanje genov.

Puerh je zeleni čaj, ki je bolj črn od najbolj črnega čaja. Po ugotovitvah avtorja knjige Čaj, čas za zdaj, Daria Cortese, je to pračaj, ki ga novi in stari kitajski spisi postavljajo vsaj 1700 let, če ne več kot 2000 let v preteklost, v začetek zgodovine čaja. Puerh naj bi spodbujal presnovo, razgrajeval maščobo in zniževal holesterol v krvi.



Slika 10: Vplivi čaja na telo (J. Štampfl, Čas za čaj)

7) OBISK ČAJNIKA

7.1 INTERVJU

Intervjuvale smo gospo Bernardo, ki je bila pred nekaj leti zaposlena v edini čajnici v Celju; v Čajniku. Želele smo jo posneti na diktafon, ampak je to zavrnila. Kljub temu nam je dala zelo veliko koristnih podatkov.

Kako dolgo že obstaja Čajnik?

"Čajnik obstaja že približno 15 let."

Kaj ste nam v Čajniku lahko ponudili včasih in kaj nam lahko danes?

"V času, ko sem delala v Čajniku, smo lahko ponudili več kot 150 različnih vrst čajev. Na primer zeliščne, sadne, črne in zelene čaje z več okusi. Prodajali nismo samo več vrst čajev, ampak tudi različne čajne servise in dodatke k čajnemu priboru. Gostje so lahko pred naročilom čaj tudi povohali in si ogledali čajne lističe. Na podlagi tega so se lažje odločili za nakup. Čajne lističe smo shranjevali v velikih škatlah s Kitajskim vzorcem. Čaj si je gost lahko sam izbral, nato pa smo ga tudi pripravili kot je želel. Kaj ponujajo danes pa ne vem, ker tam nisem več zaposlena."

So Čajnik večkrat obiskovali starejši ali mlajši ljudje?

"Imeli smo veliko stalnih strank, ki so poznale obred pitja čaja. Vsak dan ob določeni uri (17 h) so prihajale starejše dame, včasih pa so prišla tudi mlada dekleta zgolj iz radovednosti. Kasneje pa jih je Čajnik tako pritegnil, da so začele prihajati redno."

So se ponudbe v Čajniku zmanjšale zaradi premajhnega obiska ljudi ali obstaja kakšen drug razlog?

"To ni bilo zaradi premajhnega obiska ljudi, ampak zaradi menjave direktorja in drugih teženj."

Kateri so bili najpogostejši dodatki k čaju?

"Najpogostejši dodatki k čaju so bili mleko, limona in sladkor. Marsikdo pa je pil čaj brez dodatkov, kar je za prave pivce čaja najbolj značilno."

Kateri čaji so šli takrat najbolj v prodajo?

"To je bilo odvisno od letnega časa. Okoli božiča na primer, je šel najbolj v prodajo božični čaj."

Od kod ste uvažali čaj?

"Tega žal ne vem, ker to ni bila stvar s katero bi se osebje ukvarjalo, temveč je za to skrbela direktorica Čajnika."

Kaj menite o kulturi pitja čaja pri Slovencih?

"Menim, da Slovenci ne poznamo kulture pitja čaja."

Gospo Bernardo na Čajnik vežejo zelo lepi spomini in pravi, da bi z veseljem še kdaj delala tam.



Slika 11: Notranjost Čajnika danes

7.2 OBISK ČAJNIKA - CELJE

Naš prvi obisk čajnice je bil decembra. Vključno z mentorico, gospo Bojano Zorko smo si naročile čaj po lastni izbiri. Vse smo naročile čaj, ki se nam je zdel nekaj posebnega. Čaj so nam postregli na majhnem pladnju. Na njem so bili porcelanast čajnik, čajna skodelica, manjša skodelica s sladkorjem in skodelica z mlekom. Čaj so nam pripravili tako, da so najprej zavreli vodo ter vzeli izbrani čaja iz posebne kovinske škatle. V čajnik so dali kovinsko cedilko v kateri so bili čajni lističi. V čajnik so dodali vrelo vodo. Čajne lističe so pustili v vreli vodi tri minute. Če smo želele, da ima čaj izrazitejši okus, ga pustimo stati v vreli vodi minuto ali dve dlje. Zeleni čaj smo pile brez dodatkov, sadne čaje z dodatkom sladkorja ter angleški čaj-English breakfast tudi z dodatkom mleka. Čajnico smo še večkrat obiskale in si vsakokrat izbrale drugačen čaj, saj smo želele okušati različne vrste čajev. Ob zaključku pa smo ugotovile, da so nam sadni čaji še vedno najokusnejši.



Slika 12: Naš obisk čajnika

Danes nam v Čajniku lahko ponudijo naslednje vrste čaja:

SADNI ČAJI:

- jagoda,
- sadni coctail,
- gozdni sadeži,
- pina colada,
- divja češnja,
- malina,
- breskev-marellica,
- lady Hamilton,
- božični čaj.

ZELENI ČAJI:

- japonski čaj,
- Gunpowder Formoza,
- Sen-cha breskev,

ZELIŠČNI ČAJI:

- Večerna tišina,
- Rdeč veter,
- Dobro jutro,

AROMATIZIRANI ČRNI ČAJI:

- jasmin,
- Vanilija darjeeling,
- južni čaj,
- božični čaj,
- kokos,
- Earl grey.

SPECIALIZIRANI ČRNI ČAJI:

- English breakfast,

- Goldenspitzen darjeeling,
- Golden Nepal

DODATKI:

- limona,
- mleko,
- med.



Slika 13: Postrežba čaja v Čajniku

8) DELO NA TERENU – OBISK LJUBLJANE

8.1 ZELIŠČARKA TEREZIJA NIKOLČIČ

V Ljubljano smo se odpravile v četrtek, 17. februarja. Naš prvi cilj je bil obiskati zeliščno tržnico. Poiskale smo stojnico, kjer Terezija Nikolčič ponavadi prodaja doma nabrana zelišča. Ob našem prihodu nas je sprejel rahlo zmeden in še neizkušen mladenič. Zastavile smo mu nekaj vprašanj na katera nam žal ni znal odgovoriti. Nekaj minut kasneje je prišel sin Terezije Nikolčič. Takrat smo izvedele, da je zmeden mladenič vnuk gospe Terezije. Njen sin nam je znal odgovoriti na veliko več vprašanj. Povedal je, da sami pridelujejo različna zelišča na njivah, ki so v zasebni last in da Terezija Nikolčič večino rastlin goji sama, le nekaj jih nabere na travniku. V hiši imajo sušilnico v kateri sušijo zelišča. Prodaja: ožepek, potrošnik, artičoka, pekoča kopriva, poprova meta, slez, vrbovec, plahtica, rman, prava lakota, hmelj, lipa, oves, ognjič, materina dušica, dobra misel, repik, ranjak, zdravilni jetičnik, močvirni oslad, malina, krvenka, sivka, jagoda, kopriva, kraški šetraj, klopotec, repinec, veliki jesen, gozdni slezenovec, pegasti badelj, navadni regelj, plazeča pirnica, bazilika, pehtran, janež, komarček in še kaj bi se našlo.



Slika 14: Stojnica gospe Terezije



Slika 15: Ga. Terezija v družinski sušilnici zelišč



Slika 16: Ga. Terezija prodaja svoja zelišča na Ljubljanski tržnici

Družinsko podjetje so ustanovili leta 1990. Ukvarjajo se s pridelovanjem zelišč in začimb. Gospa Terezija Nikolčič je s svojo družino že trikrat organizirala samostojno razstavo zelišč in začimb. Vsi družinski člani so vključeni v Društvo zeliščarjev Ljubljana. Večinoma prodajajo na tržnici, če so povabljeni, pa gredo prodajati tudi kam drugam.



Slika 17: Prostor, kjer ga. Terezija prodaja zelišča



Slika 18: Domača zelišča, ki jih prodaja ga. Nikolčič

8.2 OBISK ČAJNE HIŠE CHA



Slika 19: Zunanost čajne hiše Cha

Čajnica Cha se nahaja na Starem trgu 3 v Ljubljani. Obstaja že dvanajst do trinajst let. Beseda cha pomeni čaj in od tod je čajnica tudi dobila ime. Za obisk Cha smo se odločile, ker je največja in najbolj znana čajnica v Sloveniji. Vse raziskovalke in naše mentorica smo naročile drugačen čaj z namenom, da bi lahko poskusile čim več vrst čaja. Naročile smo japonsko češnjo, vanilijo, darjeeling in Darjeeling črni čaj. Okusi so nam bili zelo všeč z izjemo vanilije, ki nam ni ravno ugajala. Čaj so nam postregli na lesenih pladnjih, na katerih je bil čajnik zelene ali črne barve, majhna čajna skodelica in lonček z mlekom.



Slika 20: Postrežba v čajnici CHA

Govorile smo z natarjem-lastnikom čajnice. Bil je zelo zanimivo oblečen. Na sebi je nosil lanene hlače in prav tako srajco in imele smo vtis, kot da bi nam stregel Kitajec. Povedal nam je, da kultura pitja čaja med Slovenci narašča. Imajo tudi stalne stranke, ki pijejo čaj ne glede na letni čas - torej tudi poleti in zmeraj ob istem času. O količini prodaje in njenih številkah nam ni želel govoriti, saj je to poslovna skrivnost. Pitje čaja narašča tudi med mladimi, saj so ugotovili, da je to tudi način druženja. Čaj pripravijo po standardni recepturi- čajne lističe pustijo stati v vreli vodi najmanj tri minute. Na željo stranke pa ga pripravijo tudi drugače. Največ ljudi pije zeleni čaj z dodatkom arome.

V priključku čajnice pa se nahaja trgovina, kjer ponujajo:

- čajne liste različnih vrst v zaprtih kovinskih škatlah,
- čajne skodelice različnih barv, oblik, vzorcev in velikosti,
- čajne servise iz različnih dežel,
- čajnike,
- knjige o čaju,
- škatlice za shranjevanje čajnih listov,
- pribor za pripravo čaja,
- sladkor za čaj.



Slika 21: Čajni lističi se nahajajo v kovinskih škatlah



Slika 22: Čajna skodelice



Slika 23: Čajni servis – višji cenovni razred



Slika 24: Cenik čajnega servisa (Skodelica: 4500 SIT, čajnik: 9400 SIT, desertni krožnik: 2700 SIT in mleko+sladkor: 8500 SIT)



Slika 25: Japonski čajni servis



Slika 26: Keramični čajni servis



Slika 27: Glineni čajni servis



Slika 28: Posamezni kosi čajnikov in skodelic



Slika 29: Izložbeno okno v prodajalni CHA



Slika 30: Prodaja knjig o čajih



Slika 31: Pribor za pripravo čaja

9) ČAJNE FILTER VREČKE

9.1 KAJ SKRIVA FILTER VREČKA?



Slika 32: Prodaja čaja v čajnih vrečkah (Š. Fajmut; Kultura pitja čaja)

Čaji so veliki posel. Pijače na njihovi osnovi vse bolj izrivajo gazirane napitke: ledeni čaji, zeleni čaji. Vendar je tudi tu pametno prebrati etiketo. Včasih boste potrebovali povečevalno steklo, da bi odkrili le odstotek izvlečka rastline, ki vas je pritegnila na etiketi. Ob tem pa če "nekaj" arom, sladil, antioksidantov in podobnih stvari, ki nimajo nič opraviti z zdravilnim napitkom.

Ozaveščeni kupci zato vse bolj puščajo že pripravljene čaje v plastenkah in tetrapaku na policah in posegajo po čajih, ki jih bodo pripravili sami. Iz vode (po možnosti prefiltrirane) in brez dodatkov, ki jih želijo. Vendar bodite pozorni, nekateri so daleč od tistega, kar pričakujete.

Pri mnogih (posebno sadnih) čajih gre le za osnovo, prepojeno z aromo sadeža, v katerem bi radi uživali. Če je v filter vrečki res posušen sadež, ga je pogosto samo za vzorec, drugo opravijo arom in barvila. Pri čajih, ki so zdravilna zelišča (meta, kamilica, melisa, žajbelj, kopriva), večinoma ne boste našli odišavljenih trave, a tudi med njimi obstaja velika razlika,

predvsem v tem, kako so rastline pridelane. Največji del ponudbe prihaja iz konvencionalne pridelave, kar pomeni, da so rastline vzgojene industrijsko ali da so zdravilna zelišča uvožena v velikih količinah z območij brez velikega nadzora.

Prav pri zdravilnih zeliščih in vseh pripravkih, ki nastanejo iz njih, je zelo pomembno, da se v občutljivo kemično sestavo rastline ne vtihotapi kakšen ostanek pesticidov in podobno.

V ponudbi najdemo zelo malo čajev, ki lahko dokažejo postopek pridelave. Certificirano ekološko pridelani so le čaji sonentor, cliper, yogi bayan's in bioactive kneipp. Dobite jih v specializiranih trgovinah zdrave prehrane.

V čajih so sestavine v naravnem odmerku in zato niti onesnaženje nima občutnih posledic. Žal je izdelkov, ki se lahko pohvalijo s certifikati o biološki pridelavi in odsotnosti sintetičnih sestavin, le majhen del ponudbe. Eko, bio in biodinamično so vrste certifikatov, ki zagotavljajo pridelavo brez kemije. Pri biodinamiki upoštevajo še pravilno izbiro trenutka nabiranja, ki zagotavlja, da je v rastlinah največ zdravilnih snovi. Če ni certifikata, moramo le zaupati ljudem, njihovem poznavanju zelišč, etičnosti in njihovi vesti, da niso nabirali ob cestah ali jih kako drugače kemično onesnažili. Že nabiranje ob nepravem trenutku, nepravilno shranjevanje ali proces obdelave lahko zdravilne snovi spremenijo v škodljive.



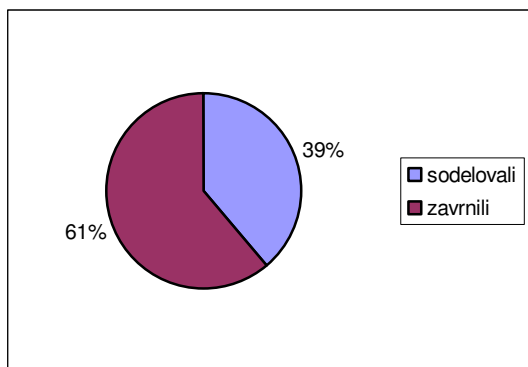
Slike 33, 34, 35: Čajne vrečke

10) ANKETIRANJE

10.1 PO TELEFONU

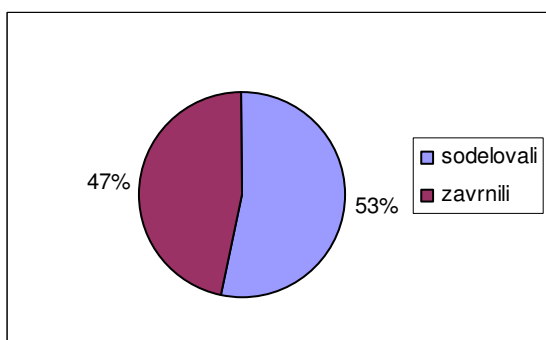
Približno ob 17. uri popoldan smo se zbrale na šoli in preko treh telefonskih linij klicale na različna področja. Delo smo si razdelile tako, da je vsaka klicala v svoj kraj. Za anketiranje po telefonu smo se odločile zato, ker je to najbolj razširjen način anketiranja v zadnjem času.

Lucija je klicala dvakrat in sicer v Ljubljano. Od 51 klicanih jih je bilo 23 pripravljenih odgovarjati na anketna vprašanja, 36 pa je anketiranje zavrnilo. Večina anketiranih oseb je bilo žensk.



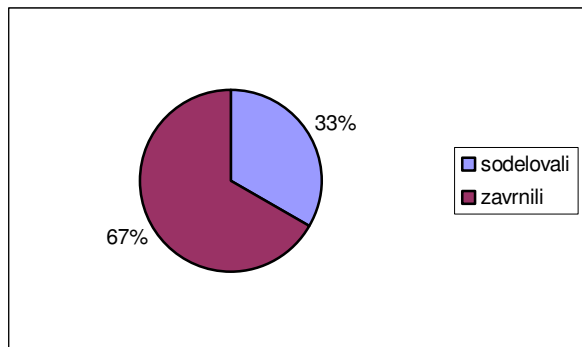
Graf 1: Anketiranje po telefonu - Ljubljana

Nermina je klicala v Koper in Novo Gorico. Od 32 klicanih jih je bilo 17 pripravljenih odgovarjati na anketna vprašanja, 15 pa je anketiranje zavrnilo. Večina anketiranih oseb je bila v tem primeru moškega spola.



Graf 2: Anketiranje po telefonu-Koper+Nova Gorica

Vesna je klicala v Maribor in Mursko Soboto. Od 36 klicanih jih je bilo 12 pripravljenih odgovorjati na anketna vprašanja, 24 pa je anketiranje zavrnilo. Vse anketirane osebe so bile ženskega spola in starejše od 50 let.

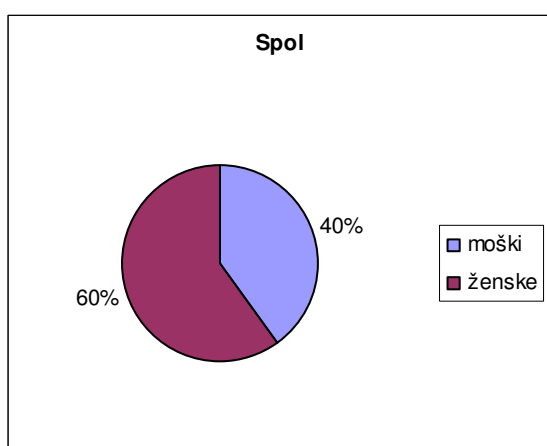


Graf 3: Anketiranje po telefonu – Maribor+Murska Sobota

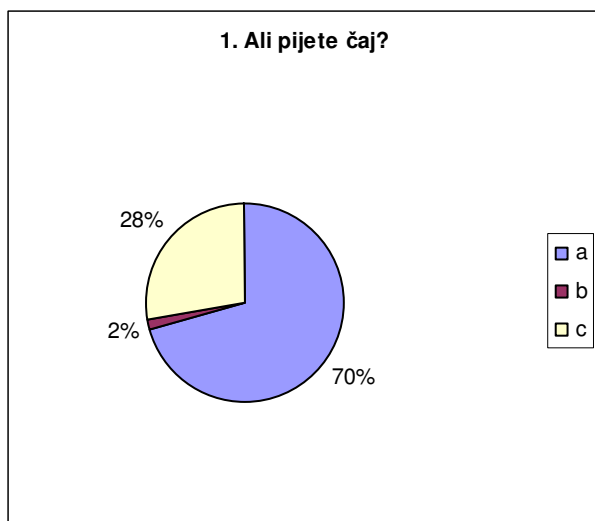
10.2 ANKETIRANJE USLUŽBENCEV CINKARNE, ETOLA, REMONTA IN ZAVODA ZA ZDRAVSTVENO VARSTVO

REZULTATI ANKETIRANJA PO TELEFONU IN USLUŽBENCEV CINKARNE, ETOLA, REMONTA IN ZAVODA ZA ZDRAVSTVENO VARSTVO.

ŠTEVILO ANKETIRANIH: 168

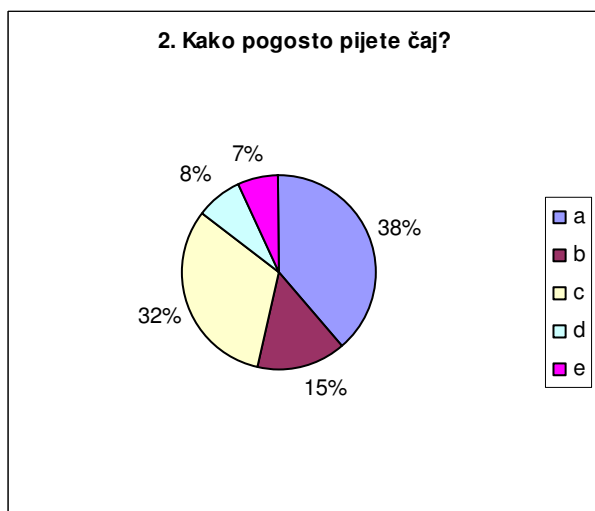


Graf 4: Spol anketiranih



- a) Da.
- b) Ne.
- c) Občasno.

Graf 5



- a) Vsak dan.
- b) Enkrat na teden.
- c) Večkrat na teden.
- d) Vsaj enkrat mesečno.
- e) Ob posebnih priložnostih.

Graf 6



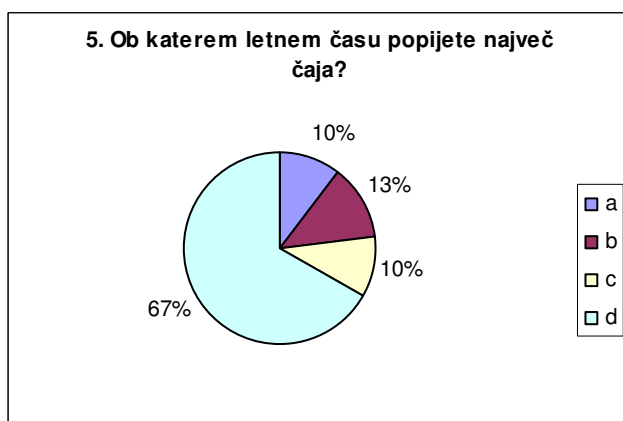
- a) Sadni.
- b) Zeliščni.
- c) Pravi
- d) Drugo.

Graf 7



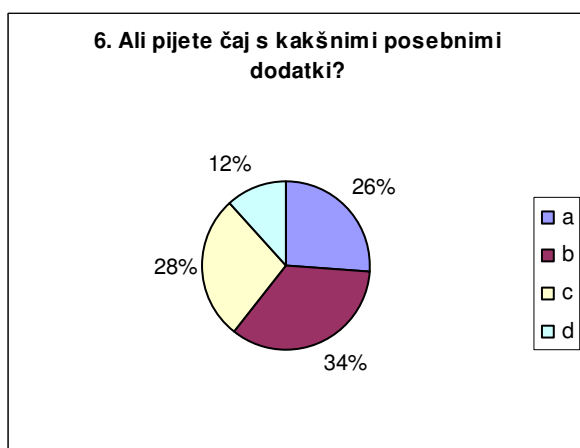
- a) To je naš družinski obred.
- b) Ko sem bolan.
- c) Za žejo.
- d) Drugo.

Graf 8



- a) Spomladi.
- b) Poleti.
- c) Jeseni.
- d) Pozimi.

Graf 9

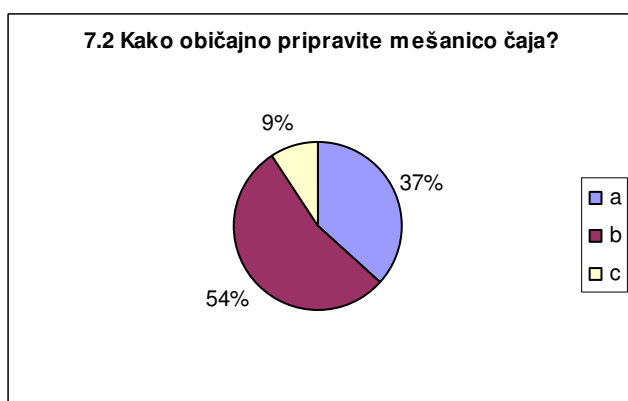


- a) Med.
- b) Limona.
- c) Sladkor.
- d) Drugo.

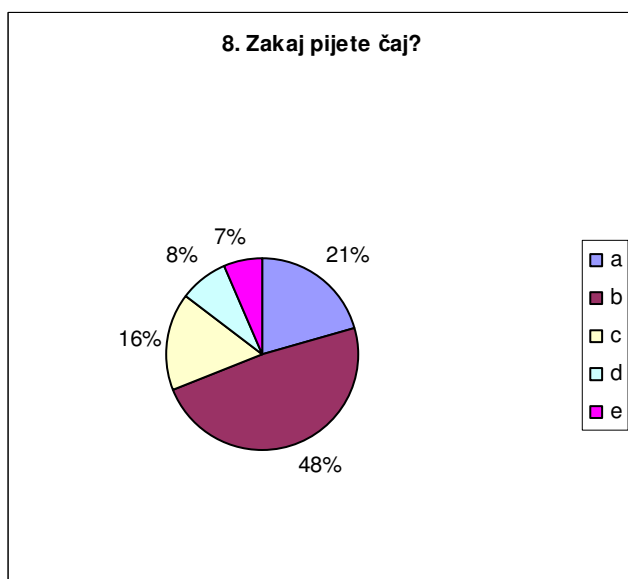
Graf 10



Graf 11



Graf 12



Graf 13

a) Zavrem 2dl skodelice vode, v katero dam vrečko čaja ter pustim pokrito stati 2-5 minut.

b) Filter vrečko dam v skodelico, jo prelijem z 2dl skodelice vode, pustim pokrito stati 2-5 minut.

c) Zavrem 2dl skodelice vode, v katero dam vrečko čaja in pustim pokrito 5-10 minut.

d) Drugo

a) Zavrem 2dl skodelice vode, v katero dam mešanico čaja ter pustim pokrito stati 5-10 minut. Čaj precedim in po želji sladkam.

b) Zavrem vodo, vanjo dam mešanico čaja, pustim še nekaj časa vreti, nato pokrito pustim stati 10-15 minut.

c) Drugo.

a) Za žejo.

b) Za zdravje.

c) Iz navade.

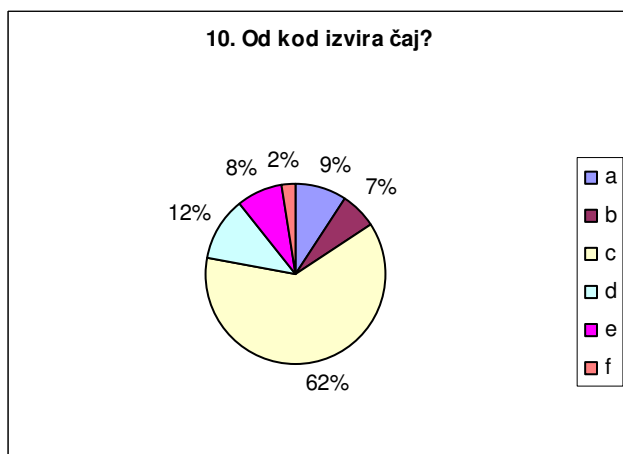
d) Potrebe.

e) Drugo.



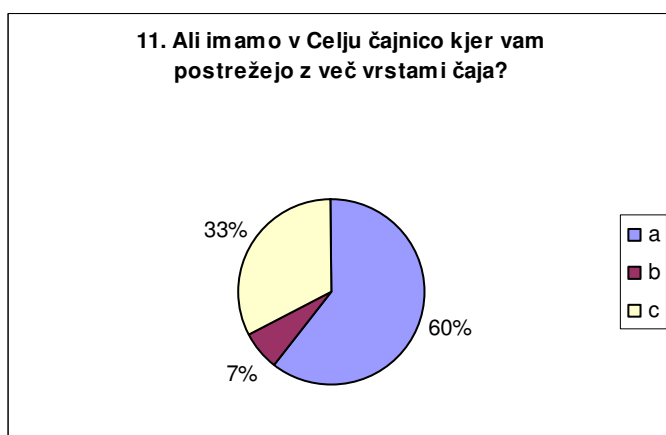
- a) Vitaminov.
- b) Čreslovin.
- c) Čajevca.
- d) Kofeina.
- e) Teina.
- f) Eteričnih olj.

Graf 14



- a) Maroko.
- b) Japonska.
- c) Turčija.
- d) Kitajska.
- e) Slovenija.
- f) Velika Britanija.

Graf 15



- a) Da.
- b) Ne.
- c) Ne vem.

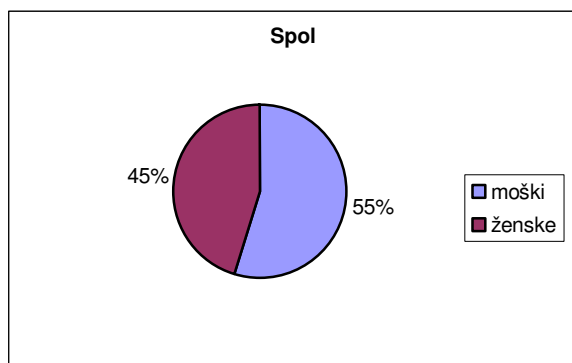
Graf 16

KOMENTAR ANKETE:

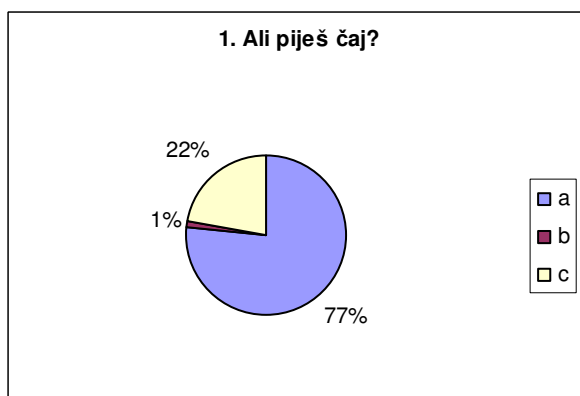
Več anketiranih je bilo moškega spola. Približno dve tretjini anketirancev pije čaj. Sedemdeset odstotkov pije čaj vsaj enkrat na teden, od tega jih osemintrideset odstotkov čaj pije vsak dan. Polovica anketiranih najraje pije sadni čaj, predstavlja pa jim napitek, ki jih krepi in zdravi. Največ ga popijejo pozimi, ker jih greje. Najpogostejši dodatki so limona, sladkor in med. Pri vprašanju, kako pripravljajo čaj, se nismo opredelile za katero vrsto čaja gre. Čaj pripravljajo s filter vrečko tako, da zavrejo 2dl vode, v katero dajo filter vrečko in vse skupaj pustijo stati dve do pet minut. Mešanico čaja pa pripravijo tako, da zavrejo vodo in vanjo dajo mešanico čaja. Vodo pustijo nekaj časa vreti, nato pa pustijo stati deset do petnajst minut. Skoraj polovica odraslih anketirancev pije čaj zaradi zdravja in med sedmimi odstotki so tisti, ki jim pomeni obred, ker jim ustreza ali ga pijejo namesto vode. Menijo, da čaj vsebuje največ teina - včasih napačno poimenovan. Le trije odstotki vedo, da čaj vsebuje precej več kofeina. Večina jih na naše presenečenje meni, da čaj izhaja iz Turčije. Res pa je, da je Turčija ena izmed največjih porabnic čaja in ne kave. Dobra polovica je obveščena, da imamo v Celju čajnico, v kateri nam lahko postrežejo več vrst čaja. Kar polovica jih meni, da čaj pomaga pri nespečnosti. Delno so se strinjali, da čaj zavira staranje, preprečuje raka in pomaga pri zmanjševanju telesne teže. Popolnoma so se strinjali s trditvijo, da vpliva na splošno počutje organizma in pri želodčnih težavah. Niso pa se strinjali s trditvijo, da znižuje krvni tlak. Menijo, da Slovenci nimamo kulture pitja čaja in ga ne pijemo veliko. Strinjajo pa se, da pijemo čaj zgolj za žejo. Na naše presenečenje pa so prepričani, da čaj pijemo ob posebnih priložnostih.

10.3 ANKETIRANJE UČENCEV OŠ FRANA ROŠA IN OŠ ŽALEC

ŠTEVILO ANKETIRANIH: 247



Graf 17



- a) Da.
- b) Ne.
- c) Občasno.

Graf 18



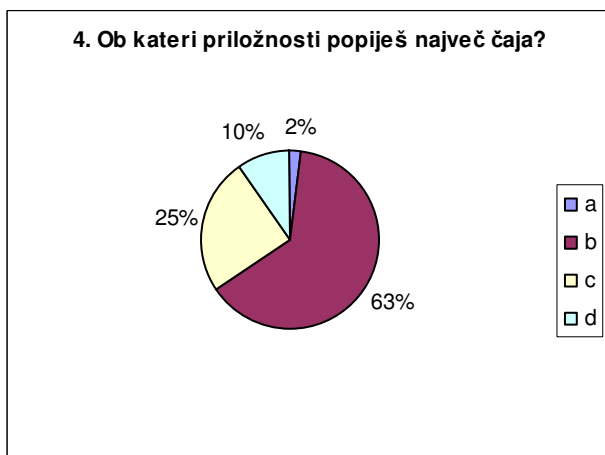
- a) Vsak dan.
- b) Enkrat na teden.
- c) Večkrat na teden.
- d) Vsaj enkrat mesečno.
- e) Ob posebnih priložnostih.

Graf 19



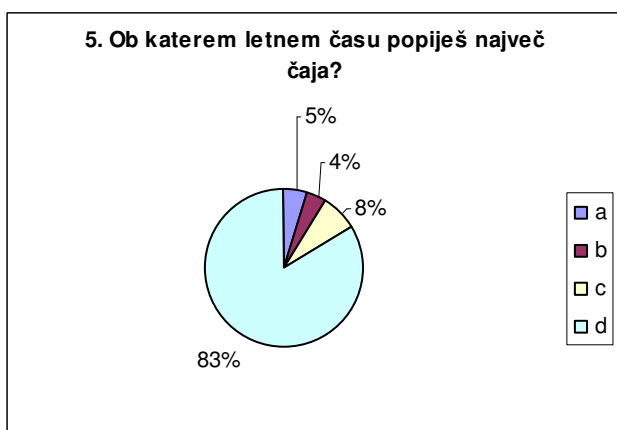
- a) Sadni.
- b) Zeliščni.
- c) Pravi
- d) Drugo.

Graf 20



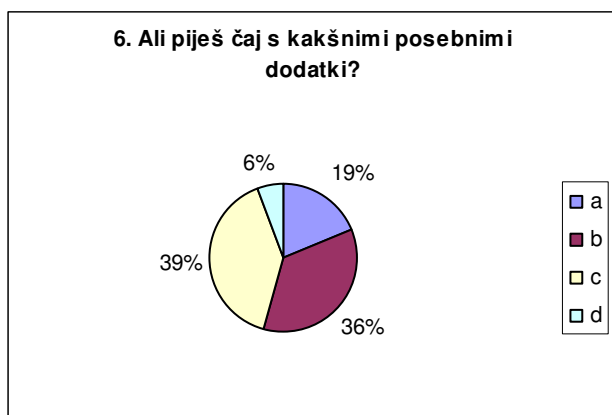
- a) To je naš družinski obred.
- b) Ko sem bolan.
- c) Za žejo.
- d) Drugo.

Graf 21



- a) Spomladi.
- b) Poleti.
- c) Jeseni.
- d) Pozimi.

Graf 22



Graf 23

- a) Med.
- b) Limona.
- c) Sladkor.
- d) Drugo.



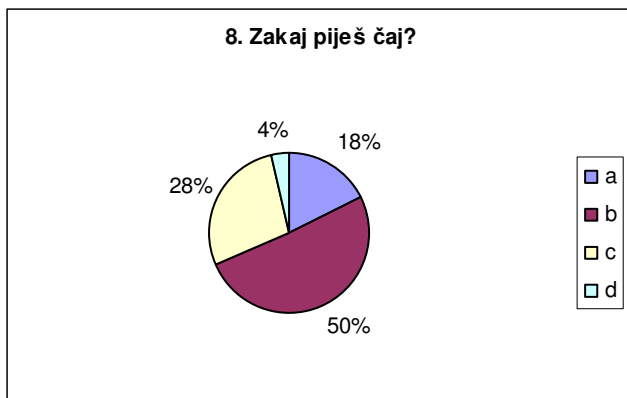
Graf 24

- a) Zavrem 2dl skodelice vode, v katero dam vrečko čaja ter pustim pokrito stati 2-5 minut.
- b) Filter vrečko dam v skodelico, jo prelijem z 2dl skodelice vode, pustim pokrito stati 2-5 minut.
- c) Zavrem 2dl skodelice vode, v katero dam vrečko čaja in pustim pokrito 5-10 minut
- d) Drugo.



Graf 25

- a) Zavrem 2dl skodelice vode, v katero dam mešanico čaja ter pustim pokrito stati 5-10 minut. Čaj precedim in po želji sladkam.
- b) Zavrem vodo, vanjo dam mešanico čaja, pustim še nekaj časa vreti, nato pokrito pustim stati 10-15 minut.
- c) Drugo.



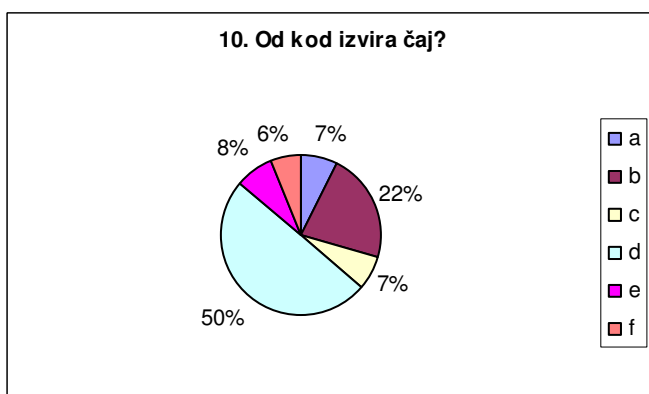
- a) Za žejo.
- b) Za zdravje.
- c) Iz navade.
- d) Potrebe.
- e) Drugo.

Graf 26



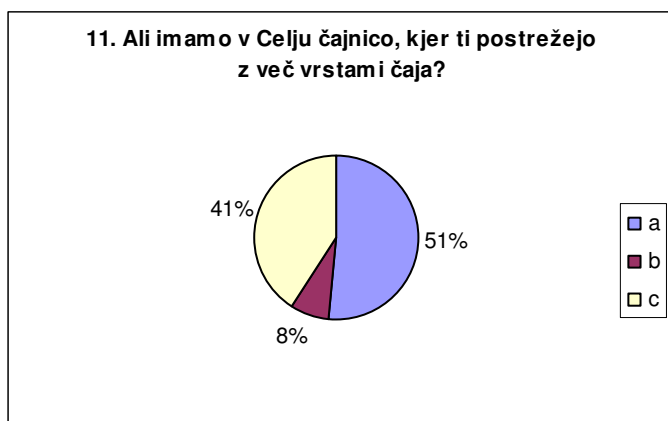
- a) Vitaminov.
- b) Čreslovin.
- c) Čajevca.
- d) Kofeina.
- e) Teina.
- f) Eteričnih olj.

Graf 27



- a) Maroko.
- b) Japonska.
- c) Turčija.
- d) Kitajska.
- e) Slovenija.
- f) Velika Britanija.

Graf 28



- a) Da.
- b) Ne.
- c) Ne vem.

Graf 29

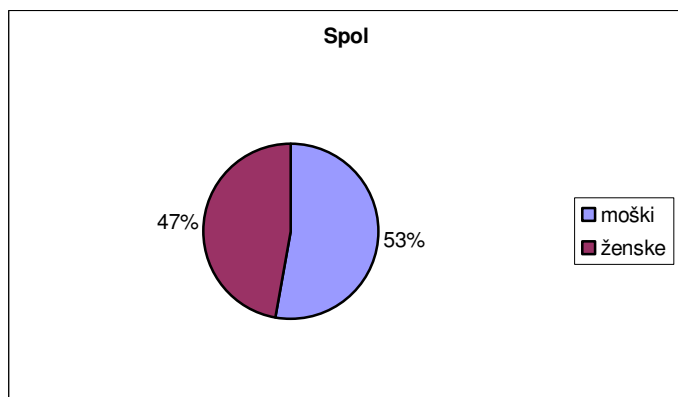
KOMENTAR ANKETE:

Pri anketi je bilo število moških in žensk skoraj enakomerno porazdeljeno. Moških je bilo le za nekaj odstotkov več kot žensk. Tudi tukaj smo dobile podatek, da več kot tri četrtine anketiranih pije čaj, razmeroma malo ljudi čaja sploh ne pije, dvaindvajset odstotkov anketiranih pa pije čaj le občasno. Manj kot polovica pije čaj večkrat na teden.

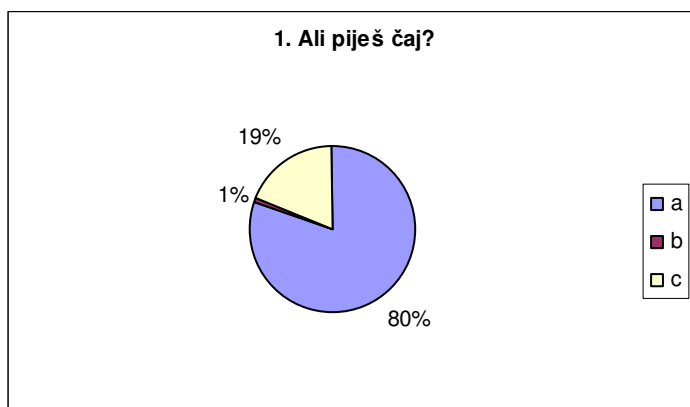
Tudi pri tej skupini anketiranih so zelo priljubljeni sadni čaji, takoj za njimi pa so zeliščni čaji. Največ čaja popijejo pozimi, kadar so bolni ali pa za žejo. Pijejo večinoma čaj, oslajen z medom ali sladkorjem, veliko učencev pa daje v čaj tudi limono. Čaj pripravljajo po "standardnem" načinu: zavrejo skodelico vode, vanjo dajo vrečko čaja ter pustijo stati pokrito nekaj minut. Nato vrečko odstranijo in čaj po želji sladkajo. Malo drugačna je priprava mešanice čaja: najbolj priljubljen je način priprave čaja, pri katerem zavrejo vodo, vanjo dajo mešanico čaja ter pustijo še nekaj časa vreti. Nato pustijo pokrito stati nekaj minut. Polovici anketiranih predstavlja čaj le zdravilni napitek ali pijačo, ki jo pijejo iz navade. Kar polovica jih meni, da je v čaju največ vitaminov, malo manj pa je prepričanih, da v čaju še vseeno prevladuje tein. Kar polovica jih je poučenih, da je domovina čaja Kitajska. Presenetljivo malo učencev ve, da imamo v Celju čajnico, kjer ti postrežejo z več vrstami čaja. Pri vplivih čaja na telo veliko učencev meni, da čaj predvsem pomirja, znižuje krvni tlak, pomaga pri izločanju odpadnih snovi iz našega telesa. Nekaj odstotkov anketiranih pa je vseeno nasprotovali tem trditvam. Ugotovile smo tudi, da so ljudem znani čaji predvsem kamilični čaj, pravi, sadni, črni, zeleni čaj ter nekateri tuji čaji. Vendar učenci menijo, da imamo kulturo pitja čaja in da pijemo čaj ob posebnih priložnostih. Le presenetljivo malo ljudi je napisalo, da Slovenci sploh nimamo kulture pitja čaja in da spijemo premalo čaja.

10.4 ANKETIRANJE DIJAKOV SREDNJE GOSTINSKE TER ZDRAVSTVENE ŠOLE CELJE

ŠTEVILO ANKETIRANIH: 174



Graf 30



- a) Da.
- b) Ne.
- c) Občasno.

Graf 31



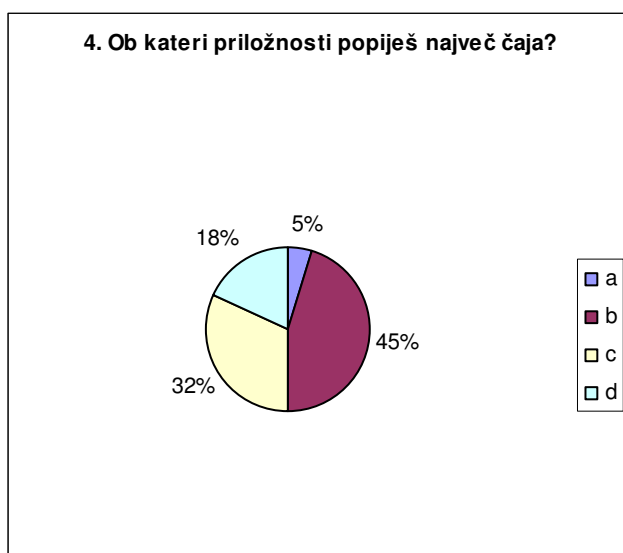
- a) Vsak dan.
- b) Enkrat na teden.
- c) Večkrat na teden.
- d) Vsaj enkrat mesečno.
- e) Ob posebnih priložnostih.

Graf 32



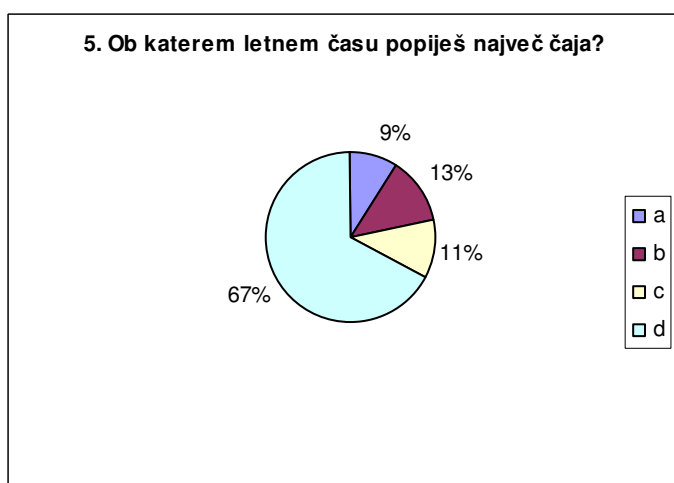
- a) Sadni.
- b) Zeliščni.
- c) Pravi.
- d) Drugo.

Graf 33



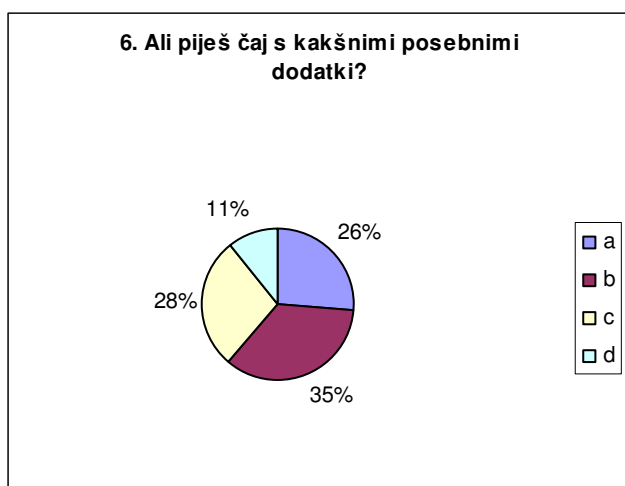
- a) To je naš družinski obred.
- b) Ko sem bolan.
- c) Za žejo.
- d) Drugo.

Graf 34



- a) Spomladi.
- b) Poleti.
- c) Jeseni.
- d) Pozimi.

Graf 35



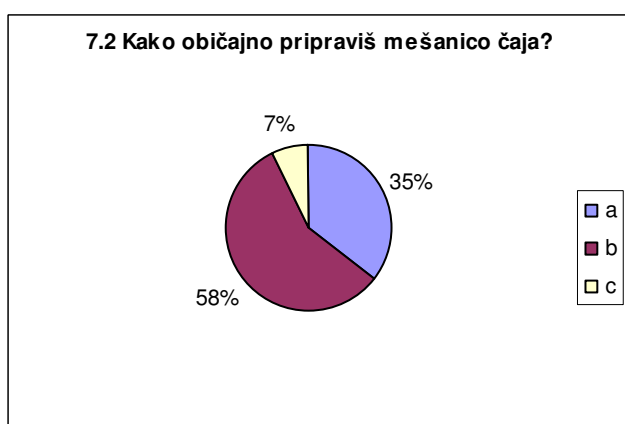
- a) Med.
- b) Limona.
- c) Sladkor.
- d) Drugo.

Graf 36



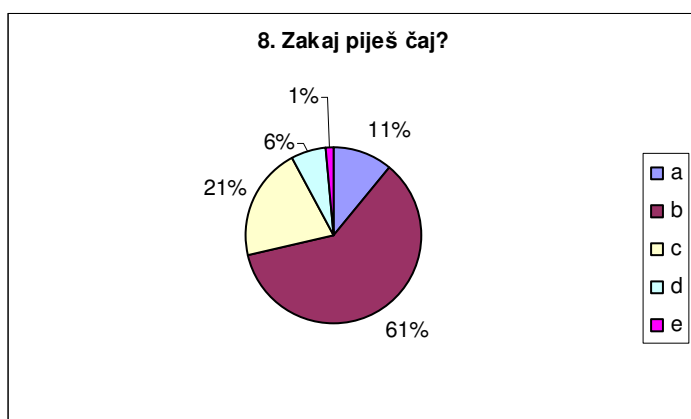
Graf 37

- a) Zavrem 2dl skodelice vode, v katero dam vrečko čaja ter pustim pokrito stati 2-5 minut.
- b) Filter vrečko dam v skodelico, jo prelijem z 2dl skodelice vode, pustim pokrito stati 2-5 minut.
- c) Zavrem 2dl skodelice vode, v katero dam vrečko čaja in pustim pokrito 5-10 minut.
- d) Drugo.



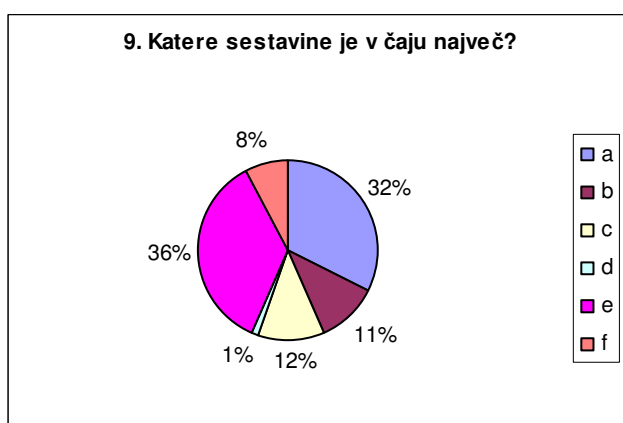
Graf 38

- a) Zavrem 2dl skodelice vode, v katero dam mešanico čaja ter pustim pokrito stati 5-10 minut. Čaj precedim in po želji sladkam.
- b) Zavrem vodo, vanjo dam mešanico čaja, pustim še nekaj časa vreti, nato pokrito pustim stati 10-15 minut.
- c) Drugo.



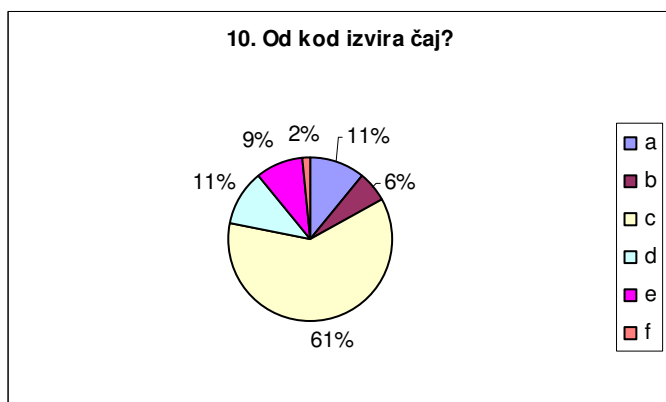
- a) Za žejo.
- b) Za zdravje.
- c) Iz navade.
- d) Potrebe.
- e) Drugo.

Graf 39



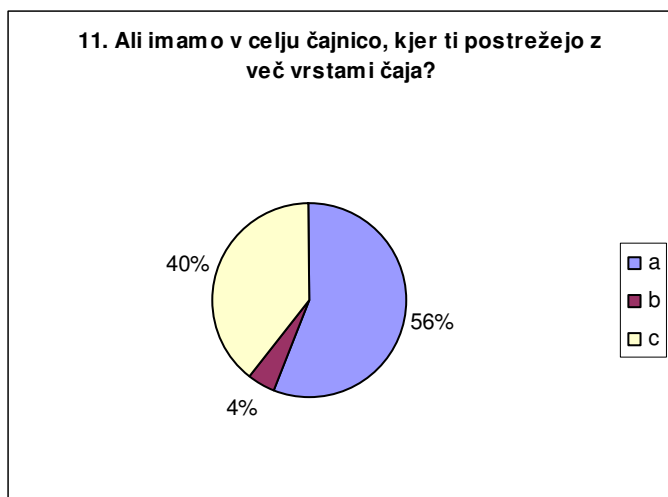
- a) Vitaminov.
- b) Čreslovin.
- c) Čajevca.
- d) Kofeina.
- e) Teina.
- f) Eteričnih olj.

Graf 40



- a) Maroko.
- b) Japonska.
- c) Turčija.
- d) Kitajska.
- e) Slovenija.
- f) Velika Britanija.

Graf 41



- a) Da.
- b) Ne.
- c) Ne vem.

Graf 42

KOMENTAR ANKETE:

Pri anketi ni bilo večjih odstopanj med številom moških in žensk. Več kot tri četrtine anketiranih pije čaj, zelo malo ga ne pije, dvajset odstotkov pa pije čaj le občasno. Najraje pijejo sadne in zeliščne čaje, zelo malo pa posegajo po pravih čajih. Največ čaja popijejo kadar so bolni ali za žejo, le nekaj odstotkov anketiranih pa v pitju čaja vidi družinski obred. Prevladuje pitje čaja pozimi. Večina dijakov pije čaj z dodatki medu in limone, vendar dodajajo še rum, žganje, cedevito in umetna sladila. Tudi tu se je veliko anketiranih odločilo za hitrejši način priprave čaja: zavrejo skodelico vode, dodajo vrečko čaja, pustijo stati nekaj minut in čaj po želji osladijo. Način priprave mešanice čaja se ne razlikuje bistveno od prej opisanega načina. Menijo, da je v čaju največ teina in vitaminov, odločajo pa se tudi med čreslovinami in čajevcem. Prepričani so, da čaj izvira iz Kitajske. Kar štirideset odstotkov dijakov ne ve, da imamo v Celju čajnico. Večina dijakov meni, da čaj pomirja, pomaga pri nespečnosti, ne preprečuje raka in ne pomaga pri zniževanju telesne teže ter ne znižuje krvnega tlaka. Veliko dijakov je menilo, da Slovenci nimamo kulture pitja čaja, vendar so prepričani, da popijemo veliko čaja.

11) PRIDELOVALCI ČAJEV PRI NAS

11.1 KDO SE V SLOVENIJI UKVARJA Z PRODAJO ALI PRIDELAVO ČAJA?

V Sloveniji je kar nekaj podjetij, ki se ukvarjajo s prodajo, nekatera pa tudi s pridelavo čaja.

To so:

- Droga Portorož je največji prodajalec in proizvajalec čajev pri nas,
- Galex Murska Sobota, ki se ukvarja s predelavo jabolčnih čajev in so jih registrirali kot zdravil,
- Natura Herbika,
- Mercator prodaja približno 64 vrst čajev, med katerimi je veliko mešanic čajev ter zelo znani čaj Sir Winston.
- Matik se ukvarja s pridelavo čajev.
- Mogota,
- Emona s prodajo čajev.
- Biovit,
- Ašičevi čaji, zeliščni čaji, ki so nam zelo znani.
- Kolinska čaj predeluje.

S prodajo in predelavo čajev se v Sloveniji ukvarjajo tudi posamezniki, ki jih je malo. Ena izmed njih je Terezija Nikolčič, ki je ustvarila družinsko podjetje.

11.2 KRKA

Preko e-maila smo vzpostavile stik s podjetjem Krka Novo mesto. Vprašanja, ki smo jih zastavile so priložena na strani 67 in 68. Odgovorila nam je vodja marketinga.

11.3 DROGA PORTOROŽ

Droga Portorož je največji slovenski proizvajalec čajev. Poslale smo jim kratko anketo (glej priloge, str. 60). Na anketni vprašalnik je odgovoril gospod Franci Čelhar- vodja prodaje.

Droga Portorož prodaja:

- čaje v filter vrečkah (gozdni sadeži, marelica-marakuja, jagoda-vanilija, divja češnja, jabolko, breskev, hruška, pomaranča, borovnica, multi čaj,...);
- instant čaje (bebe, sadni čaj,...);
- zeliščne čaje (planinski, kamilica, šipek, šipek s hibiskusom, žajbelj, pravi čaj,..), ki jih prodajo največ.

Največje povpraševanje po čajih je jeseni novembra in pozimi v decembru. Letno prodajo 600 ton čaja: približno 450 ton v Sloveniji, ostalo pa je namenjeno izvozu, in sicer v bivšo Jugoslavijo, Rusijo, Švedsko, Kanado in Avstralijo. Čajev ne pridelajo sami. Surovine uvažajo iz različnih držav, arome za sadne čaje pa največ iz Nemčije.

Nekateri ljudje spijejo veliko čaja, večina pa ga uživa le ob boleznih ali ob večjem mrazu.

11.4 DVOREC TREBNIK- SLOVENSKE KONJICE

Ko smo prispele do dvora Trebnik smo bile malce razočarane, saj smo pričakovale malo bolj ohranjeno stavbo. Ko smo vanjo vstopile smo najprej zavile v trgovino. Tam nas je sprejela prijazna prodajalka in nam razložila, kako pridelujejo čaje in zelišča. Na žalost zgornji del stavbe tisti dan ni obratoval, zato si nismo mogle ogledati proizvodnje zelišč ter drugih izdelkov. Sprehodile smo se skozi prostore trgovine. Prodajalka nam je pokazala tudi prostor v katerem sušijo zelišča na stari način – obešena na stropu.

Izvedele smo tudi, da na Trebniku izdelujejo posebne dišeče okrasne blazine napolnjene z zelišči. Dobile smo tudi prijavnice za "Klub Trebnik", mentorica pa si je pred odhodom kupila še nekaj gramov valentinovega čaja, melisinega čaja in stekleničko eteričnega olja.



Slika 36: Stari način sušenja zelišč



Slika 37: Dišeče blazinice in čaj v vrečkah

NA ANKETNI VPRAŠALNIK JE ODGOVARJAL VODJA TURIZMA DVORCA
TREBNIK-GOSPOD IGOR LORBEK

1) Katere vrste čaja prodajate?

Prodajo največ znanih slovenski zeliščnih čajev.

2) Po kateri vrsti čaja je največje povpraševanje?

Največje povpraševanje je po zeliščnih čajih.

3) V katerem letnem času prodate največ čajev?

Glede letnih časov ni bistvenih odstopanj, to pomeni, da je prodaja čajev skozi vse leto enakomerno porazdeljena.

4) Koliko čaja letno prodate (v kilogramih, tonah)?

Čaje prodajajo samo v Sloveniji, količina prodanega čaja pa ostaja poslovna skrivnost.

5) Kolikšen je vaš delež prodaje na slovenskem trgu?

Glede tega nimajo narejenih tržnih raziskav.

Čaj prodajamo na dvorcu Trebnik in na drugih prodajnih mestih po Sloveniji pod svojo blagovno znamko.

6) Ali pridelate čaje sami?

Da, vse čaje pridelajo sami.

7) Na kakšen način predelujete čaje?

Čaj pridelujemo z naravnimi postopki.

Lastna pridelava temelji na naslednjih načelih in načinih dela:

- ekološko kmetovanje,
- nabiranje v naravi,
- nabava pri drugih proizvajalcih,
- sušenje zelišč s sušilnico in na zraku,
- lastno pakiranje zelišč.

8) Ali uvažate čaje?

Ne, čajev ne uvažamo.

9) Kakšno mnenje imate o pitju čaja pri Slovencih?

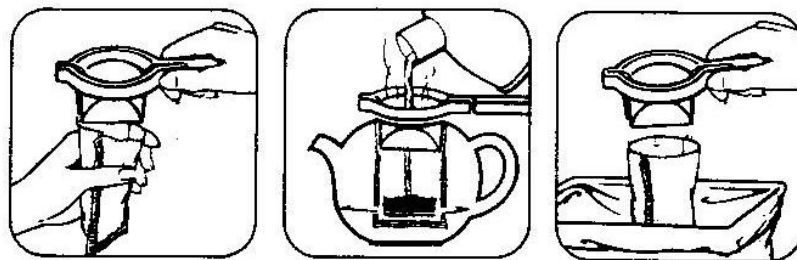
Menim, da smo narod, ki ima tradicijo pitja čaja.

12) PRIPRAVA ČAJA

Priprava čaja zahteva nekaj spretnosti.

Za pripravo skodelice dobrega čaja je poleg kakovosti potrebna tudi primerna voda. Mehka, čista in sveža, ki vsebuje manj mineralov, je boljša. Izogibajte se trdi. Najbolj in nekoliko manj fermentirane vrste naj bi pripravljali v skoraj zavreti vodi (100 stopinj Celzija). Zeleni čaji pa razvijejo najboljši okus in aromo pri devetdesetih ali celo manj stopinjah Celzija. Količina, ki jo vsujete v čajnik, je odvisna od vrste in se giblje od četrtine do treh četrtin njegove prostornine. Najbolj primeren za fermentirane čaje je keramičen čajnik iz škrlatne gline. Skodelice, v katerih ga ponudite, naj imajo belo notranjo površino, saj uživanje ob pravi barvi še poudari aromatičnost. Vsaka priprava in vrsta čaja imata svoje zagovornike in zahtevata nekaj spretnosti. Nekateri zagovarjajo pripravo v posebnem čajniku s filtrom pred lijem za zadrževanje lističev. Drugi spet pravijo, da je treba vodo segreti v eni in jo preliti preko čaja v drugi posodi. Potem pa odcedite v čajnik.

Čaj v vodi ne stoji več kot pet minut. Najprej se izloči tein, ki ima poživljajoč učinek. Kasneje se sprosti še tanin, ki pomirja. Okus in vonj postaneta izrazitejša po dveh minutah, po petih pa se začnejo sproščati tudi druge snovi, ki lahko povzročajo blažje zaprtje. Kakršen učinek želite, toliko časa pustite v vodi. Čaj po uporabi vedno zavržite, nikar ga ne prekuhavajte. Ko ga pripravljate sebi ali prijateljem, naj bo uživanje čaja prijetno doživetje.



Slika 38: Priprava čaja (J. Štampfl; Čas za čaj)

13) ZAKLJUČEK

V času, ko smo delale raziskovalno nalogo smo ugotovile, da Slovenci nimamo kulture pitja čaja. Veliko raje pijemo kavo ali alkoholne pijače kot pa čaj. Vprašale smo se kaj je vzrok za to? Mogoče lega države (srednja Evropa)? To za enkrat še ostaja skrivnost. Če bi Slovenija ležala na naši sosednji celini Aziji, bi verjetno imeli bolj razvito kulturo pitja čaja.

Na podlagi anket smo ugotovile, da kar tri četrtine anketiranih pije čaj, malo manj kot četrtina ga pije občasno, majhen delež pa čaja sploh ne pije. Ugotovile smo, da čaj našem narodu po večini predstavlja samo naravno zdravilno sredstvo, ne predstavlja pa nam pijače, ki bi jo pili redno, kot na primer sok ali vodo. Večina Slovencev ne pije čaja vsak dan, ampak ga pije vsak teden enkrat ali dvakrat. Po večini raje pijemo sadne kot pa zeliščne ali prave čaje. Čaj nam služi kot napitek, ki nas pogreje zato ga največ popijemo pozimi. Dodajamo mu tudi različna sladila kot na primer sladkor, med, pijemo pa ga tudi z dodatkom raznih alkoholnih pijač (rumom). Ob našem vprašanju od kod izvira čaj si je marsikdo vzel čas za premislek. Velika večina je vedela, da prihaja iz Azije, dvomili pa so ali prihaja iz Japonske ali Kitajske. Ko smo anketirale ljudi, ki živijo v okolici Celja, smo ugotovile, da so skoraj vsi že vsaj slišali za edino čajnico v našem mestu – Čajnik, mnogi pa so jo tudi obiskali. Ljudje iz drugih krajev (Ljubljana, Koper, Murska Sobota...) pa na to vprašanje niso znali odgovoriti. Mnenje anketiranih je, da Slovenci nimamo kulture pitja čaja in da pijemo premalo čaja. Malokdo je rekel, da ga pijemo ob posebnih priložnostih.

14) ZAHVALA

Največja zahvala gre naši mentorici, gospe Bojani Zorko, ki nas je usmerjala in nas spodbujala pri delu ter nam dajala napotke. Pri naši raziskovalni nalogi je imela zelo velik pomen in naša raziskovalna naloga ne bi bila to kar je brez nje.

Zahvalile bi se tudi vsem anketirancem, ker so s svojim sodelovanjem zelo pripomogli pri ugotavljanju javnega mnenja.

Hvala gospe Bernardi za intervju in sinu gospe Terezije Nikolčič, Niku Nikolčič, ker nam je povedal nekaj o družinskem podjetju.

Posebna zahvala pa gre tudi gospe Blanki Skočir, ki nam je vso raziskovalno nalogo lektorirala.

Pri računalniški obdelavi sta nam z nasveti pomagala gospod Rok Smeh in gospod Franjo Rožkar, katerimama se iskreno zahvaljujemo.

15) UPORABLJENI VIRI IN LITERATURA

KNJIGE

FAJMUT, Š. 1996. *Kultura pitja čaja*. Ljubljana: Kmečki glas.

MLAKAR, V. 2000. *Čaj*. Ljubljana: Rokus d. o. o.

ŠTAMPFL, J. 1990. *Čas za čaj*. Ljubljana: Samozaložba.

INTERNET

ČAJ. *Čajne vrečke* [online]

[Citirano 3. marec 2005]. Dostopno na URL naslovu:

<http://www.cajnahisa.net>

TEA. *Tea bags* [online]

[Citirano 3. marec 2005]. Dostopno na URL naslovu:

<http://en.wikipedia.org/wiki/Tea>

ČAJ. *Zeleni čaj* [online]

Citirano 3. marec 2005]. Dostopno na URL naslovu:

<http://www.cha.si>

ŠTORMAN, N. 1997. *Skodelico čaja, prosim* [online]

[Citirano 3. marec 2005]. Dostopno na URL naslovu:

<http://www.cobiss.si>

ČAJ. *Zeleni in črni čaj* [online]

Citirano 3. marec 2005]. Dostopno na URL naslovu:

<http://www.gorenjske-lekarne.si>

ČAJ. *Črni čaj* [online]

Citirano 3. marec 2005]. Dostopno na URL naslovu:

<http://www2.arnes.si>

16) PRILOGE

16.1 PRIMER ANKETE ZA ODRASLE

Smo učenke 8. razreda devetletke na OŠ Frana Roša Celje: Nermina Husejnović, Lucija Lončar in Vesna Škafar. Delamo raziskovalno nalogo z naslovom: Kultura pitja čaja pri Slovencih. Vaše sodelovanje pa bi nam pomagalo pri izdelavi naloge.

Spol (Obkrožite.): M Ž

Starost (Obkrožite.) : a) od 20 let -30 let, b) 31 let - 40let, c) 41 let- 50 let, d) 51 let in več

1. Ali pijete čaj? (Obkrožite.)

- a) Da.
- b) Ne.
- c) Občasno.

2. Kako pogosto pijete čaj?

- a) Vsak dan.
- b) Enkrat na teden.
- c) Večkrat na teden.
- d) Vsaj enkrat mesečno.
- e) Ob posebnih priložnostih: _____
Katerih: _____

3. Katero vrsto čaja imate najraje? (Obkrožite en odgovor.)

- a) Sadni. Kateri: _____
- b) Zeliščni. Kateri: _____
- c) Pravi. Kateri: _____
- d) Drugo: _____

4. Ob kateri priložnosti popijete največ čaja?(Obkrožite odgovor, ki najbolj ustreza.)

- a) To je naš družinski obred.
- b) Ko sem bolan.
- c) Za žejo.
- d) Drugo: _____

5. Ob katerem letnem času popijete največ čaja? (Obkrožite.)

- a) Spomladi.
- b) Poleti.
- c) Jeseni.
- d) Pozimi.

6. Ali pijete čaj s kakšnimi posebnimi dodatki? (Obkrožite.)

- a) Med.
- b) Limona.
- c) Sladkor.
- d) Drugo _____

7. Kako pripravite čaj?

I) Priprava čaja s filter vrečko:

- a) Zavremo 2 dl skodelice vode, v katero damo vrečko čaja ter pustimo stati pokrito 2-5 minut. Vrečko odstranimo ter čaj po želji sladkamo.
- b) Filter vrečko damo v skodelico, jo prelijemo z 2 dl vrele vode, pustimo pokrito 2-5 minut. Nato vrečko odstranimo in po želji sladkamo.
- c) Zavremo 2 dl skodelice vode, v katero damo vrečko čaja ter pustimo stati pokrito 5-10 minut. Vrečko odstranimo ter čaj po želji sladkam.
- d) Drugo: _____

II) Priprava mešanice čaja:

- a) Zavremo 2 dl vode, v katero damo mešanico čaja ter pustimo pokrito stati 10-15 minut. Čaj precedimo in ga po želji sladkam.
- b) Zavremo vodo, vanjo damo mešanico čaja pustimo še nekaj časa vreti nato pokrito pustimo stati še 10-15 minut. Čaj precedimo in ga po želji sladkamo.
- c) Drugo: _____

8. Zakaj pijete čaj? (Obkrožite.)

- a) Za žejo.
- b) Za zdravje.
- c) Iz navade.
- d) Iz potrebe.
- e) Drugo: _____

9. Katere sestavine je v čaju največ? (Obkrožite.)

- a) Vitaminov.
- b) Čreslovin.
- c) Čajevca.
- d) Kofeina.
- e) Teina.
- f) Eteričnih olj.

10. Od kod izvira čaj? (Obkrožite.)

- a) Maroko.
- b) Japonska.
- c) Turčija.
- d) Kitajska.

- e) Slovenija.
- f) Velika Britanija

11. Ali imamo v Celju čajnico, kjer Vam postrežejo z več vrstami čaja?

- a) Da.
- b) Ne.
- c) Ne vem.

12. Kako vpliva čaj na naše telo? (Pri vsakem odgovoru razvrstite: 1-najbolj ustreza, 2-ustreza, 3- manj ustreza, 4- ne ustreza.)

- ___ Pomaga pri nespečnosti.
- ___ Zavira staranje.
- ___ Preprečuje raka.
- ___ Zvišuje raven holesterola v krvi.
- ___ Pomaga pri hujšanju.
- ___ Vpliva na splošno počutje organizma.
- ___ Pomaga pri izločanju odpadnih snovi iz našega telesa.
- ___ Pomaga pri krepitvi moči in spomina.
- ___ Pomaga pri želodčnih težavah.
- ___ Znižuje krvni tlak.

13. Naštejte nekaj znanih vrst čajev.

Vrste: _____

14. Kakšno mnenje imate o pitju čaja pri Slovencih? (Pri vsakem odgovoru razvrstite: 1-najbolj ustreza, 2-ustreza, 3- manj ustreza, 4- ne ustreza.)

- ___ Narod, ki ima tradicijo pitja čaja.
- ___ Narod, ki nima tradicije pitja čaja.
- ___ Slovenci pijejo čaj zgolj za žejo.
- ___ Pijemo veliko čaja.
- ___ Pijemo premalo čaja.
- ___ Pijemo ga ob posebnih priložnostih.

16.2 PRIMER ANKETE ZA UČENCE IN DIJAKE

Smo učenke 8. razreda devetletke na OŠ Frana Roša Celje: Nermina Husejnović, Lucija Lončar in Vesna Škafar. Delamo raziskovalno nalogo z naslovom: Kultura pitja čaja pri Slovencih. Tvoje sodelovanje pa bi nam pomagalo pri izdelavi naloge.

Spol (Obkrožite.): M Ž

Starost (Obkrožite.) : a) manj od 10 let b) 11 let – 15 let, c) 16 let – 20 let

1. Ali sploh piješ čaj? (Obkroži.)

- a) Da.
- b) Ne.
- c) Občasno.

2. Ali piješ čaj ?

- f) Vsak dan.
- g) Enkrat na teden.
- h) Večkrat na teden.
- i) Vsaj enkrat mesečno.
- j) Ob posebnih priložnostih: _____
Katerih: _____

3. Katero vrsto čaja imaš najraje? (Obkroži en odgovor.)

- d) Sadni. Kateri: _____
- e) Zeliščni. Kateri: _____
- f) Pravi. Kateri: _____
- g) Drugo: _____

4. Ob kateri priložnosti popiješ največ čaja? (Obkroži odgovor, ki najbolj ustreza.)

- e) To je naš družinski obred.
- f) Ko sem bolan.
- g) Za žejo.
- h) Drugo: _____

5. Ob katerem letnem času popiješ največ čaja? (Obkroži.)

- a) Spomladi.
- b) Poleti.
- c) Jeseni.
- č) Pozimi.

6. Ali piješ čaj s kakšnimi posebnimi dodatki? (Obkroži.)

- a) Med.
- b) Limona.

- c) Sladkor.
- č) Drugo _____

7. Kako običajno pripraviš čaj? (Obkroži.)

I) Priprava čaja s filter vrečko:

- a) Zavrem 2 dl skodelice vode, v katero dam vrečko čaja ter pustim stati pokrito 2-5 minut. Vrečko odstranim ter čaj po želji sladkam.
- b) Filter vrečko dam v skodelico, jo prelijem z 2 dl vrele vode, pustim pokrito 2-5 minut. Nato vrečko odstranim in po želji sladkam.
- c) Zavrem 2 dl skodelice vode, v katero dam vrečko čaja ter pustim stati pokrito 5-10 minut. Vrečko odstranim ter čaj po želji sladkam.
- d) Drugo _____

II) Priprava mešanice čaja:

- d) Zavrem 2 dl vode, v katero dam mešanico čaja ter pustim pokrito stati 10-15 minut. Čaj precedim in ga po želji sladkam.
- b) Zavrem vodo, vanjo dam mešanico čaja pustim še nekaj časa vreti nato pokrito pustim stati še 10-15 minut. Čaj precedim in ga po želji sladkam.
- c) Drugo _____

8. Zakaj piješ čaj? (Obkroži.)

- a) Za žejo.
- b) Za zdravje.
- c) Iz navade.
- d) Potrebe.
- č) Drugo: _____

9. Katere sestavine je v čaju največ? (Obkroži.)

- a) Vitaminov.
- b) Čreslovin.
- c) Čajevca.
- č) Kofeina.
- d) Teina.
- e) Eteričnih olj.

10. Od kod izvira čaj? (Obkroži.)

- a) Maroko.
- b) Japonska.
- c) Turčija.
- č) Kitajska.
- d) Slovenija.
- e) Velika Britanija.

11. Ali imamo v Celju čajnico, kjer ti postrežejo z več vrstami čaja?

- a) Da.
- b) Ne.
- c) Ne vem.

12. Kako vpliva čaj na naše telo? (Pri vsakem odgovoru razvrsti: 1-najbolj ustreza, 2-ustreza, 3- manj ustreza, 4- ne ustreza.)

- ___ Pomaga pri nespečnosti.
- ___ Zavira staranje.
- ___ Preprečuje raka.
- ___ Zvišuje raven holesterola v krvi.
- ___ Pomaga pri hujšanju.
- ___ Vpliva na splošno počutje organizma.
- ___ Pomirja.
- ___ Pomaga pri krepitvi moči in spomina.
- ___ Znižuje krvni tlak.
- ___ Pomaga pri želodčnih težavah.

13. Naštej nekaj znanih vrst čajev.

Vrste: _____

14. Kakšno mnenje imaš o pitju čaja pri Slovencih? (Pri vsakem odgovoru razvrsti : 1-najbolj ustreza, 2-ustreza, 3- manj ustreza, 4- ne ustreza.)

- ___ Narod, ki ima tradicijo pitja čaja.
- ___ Narod, ki nima tradicije pitja čaja.
- ___ Slovenci pijejo čaj zgolj za žejo.
- ___ Pijemo veliko čaja.
- ___ Pijemo premalo čaja.
- ___ Pijemo ga ob posebnih priložnostih.

16.3 PRIMER ANKETE PO E-MAILU ZA PROIZVAJALCE ČAJEV V SLOVENIJI

Spoštovani!

Smo učenke 8. razreda devetletke na Osnovni šoli Frana Roša v Celju. Delamo raziskovalno nalogo na temo Kultura pitja čaja pri Slovencih. Pri izdelavi raziskovalne naloge bi nam prav prišli podatki, v kolikor nam jih lahko posredujete. Za sodelovanje se vam že vnaprej zahvaljujemo.

1) Katere vrste čaja prodajate?

- a) Sadni
Kateri: _____
- b) Zeliščni
Kateri: _____
- c) Pravi
Kateri: _____
- d) Drugi
Kateri: _____

2) Po kateri vrsti čaja je največje povpraševanje?

- a) Sadni
- b) Zeliščni
- c) Drugi (Kateri: _____)

3) V katerem letnem času prodate največ čajev?

- a) Spomladi
 - b) Poleti
 - c) Jeseni
 - d) Pozimi
- Katerih: _____

4) Koliko čaja letno prodate (v kilogramih, tonah)?

- a) V Sloveniji _____
- b) Drugje _____

5) Ali pridelate čaje sami?

- a) Da. Katere: _____
- b) Ne.

6) Ali uvažate čaje?

- a) Da. Katere: _____
b) Ne.

16.4 RECEPTI

ANGLEŠKI ČAJ Z ZAČIMBAMI

Potrebujemo:

- 100 g črnega čaja
- 4 koščke cimetove skorje
- 3 žličke naribane limonine lupine
- 1 žlico nageljnovih žbic

Vse sestavine dobro pomešamo in mešanico pustimo stati 4-5 dni v dobro zaprti steklenici. Iz te mešanice potem pripravljamo čaj.

MAROŠKI ČAJ

Potrebujemo:

- 2 vejici sveže mete
- 4 skodelice sveže zavrete vode
- 1 žličko čaja
- sladkor

Meto damo v posodo za pripravo čaja in prelijemo z malo vrele vode, pustimo kratko stati in nato tekočino odlijemo. Dolijemo preostalo vodo, dodamo čaj in pustimo stati približno 5 minut. Sladkamo po okusu.

RUSKI PRAZNIČNI ČAJ

Potrebujemo:

- 5 nageljnovih žbic
- ½ cimetove skorje
- 4 trakove pomarančne lupine
- 3 skodelice vode
- 4 žlice čaja
- sok ene pomaranče
- sok polovice limone
- sladkor v kockah

Klinčke, cimet in pomarančne lupine damo v laneno vrečko, namočimo v vrelo vodo in pustimo stati približno 10 minut na malo toplem štedilniku. Nato dodamo čaj in sokova ter pustimo stati še približno tri minute. Serviramo v kozarce in po okusu sladkamo s sladkorjem v kockah.

SEVERNOAFRIŠKI ČAJ

Potrebujemo:

- ¾ litra vode
- 150 g sladkorja
- 16 listov zelenega čaja
- 4 vejice sveže mete

V vreli vodi raztopimo sladkor in dodamo čaj. Pustimo stati 2 ali 3 minute, nalijemo v kozarce in v vsak kozarec damo vejico sveže mete.

ANGLEŠKI PUNČ

Potrebujemo:

- 10 kock sladkorja
- pomarančo
- limono
- steklenico rdečega vina
- 3 skodelice močnega črnega čaja
- kozarček pomarančnega likerja Curacao

Sladkor v kockah podrgnemo ob olupke pomaranče in limone ter jih v posodi svetlo rumeno zapečemo. Posodo odstavimo z ognja, počasi dolijemo kozarec rdečega vina in zavremo. Dodamo še preostalo vino in vse skupaj segrejemo. K rdečemu vinu dolijemo čaj in pomarančni liker Curacao.

AZIJSKI PUNČ

Potrebujemo:

- Sok dveh pomaranč
- 200 g kandis sladkorja
- vinski kozarec češnjevega žganja
- strok vanilije
- skodelico ličijevega sirupa
- 6 žličk čaja
- 1l vode
- 2 steklenici renskega vina
- naribani lupini dveh pomaranč

Zmešamo pomarančni sok, kandis sladkor, češnjevo žganje, arak, vanilijev strok in ličijev sirup, pokrijemo in pustimo stati toliko časa, da se sladkor raztopi. Čaj, vino in pomarančni lupini segrejemo in prilijemo mešanico, ki smo jo pripravili pred tem. Precedimo skozi cedilo in napolnimo kozarce.

INDIJSKI PUNČ

Potrebujemo:

- 12 žličk darjeeling čaja
- liter vode
- 200 g kandis sladkorja
- steklenico rdečega španskega vina
- ½ steklenice ruma Martinique
- sok dveh pomaranč

Pripravljen in precejen čaj pomešamo s kandis sladkorjem, rdečim vinom, rumom in pomarančnim sokom. Segrejemo in takoj ponudimo.



Slika 39: Priprava čaja (J. Štampfl, Čas za čaj)