



Té Jasmín aromático

De China nos llegan los clásicos té aromáticos. El té de jasmín es uno de los té más famosos de China y es originario de Fujian, con más de 700 años de historia.

La adición de flores frescas al té verde da un toque aromático. Durante el proceso, la mezcla de té y las flores en capullo, se criban varias veces para separar las flores maduras y sustituirlas por otros capullos de flores frescas.

El té de Jasmín se realiza con té verde o blanco, es un té verde dulce, suave muy rico. Su ingesta ideal es a la hora del té, para acompañar una amena conversación y luego de las comidas. Es perfecto para ocasiones especiales y se convierte en una taza de dulce fragancia con delicados matices de jasmín.

Según la medicina tradicional china, además de mantener los beneficios de un té verde, es recomendable pues tiene propiedades medicinales calmantes que favorece la recuperación en los estados emocionales, que alteran la salud, sobre todo el insomnio pues no provoca sueño sino un dormir, placentero. Por lo tanto tiene efectos sobre el sistema nervioso, siendo eficaz en patologías de carácter psíquico y psico-somáticos, es un sedante natural liberador de tensiones, que mejora los estados de ánimo, indispensable para restaurar las defensas orgánicas, con todo lo que ello representa.

Es afrodisíaco por estimular los órganos sexuales femeninos (libido), así como antiespasmódico del útero, evitando los dolores menstruales.

Los pétalos de jasmín contienen ácido salicílico, al igual que el ajo, por lo tanto es poseedor de gran cantidad de sus propiedades saludables, como activador de la circulación (anti-trombótico), por fluidificar la sangre, es un purificador de la piel, por actuar a nivel hepático, así como pulmonar

Favorece la digestión, es antiséptico, antiespasmódico, febrífugo, analgésico, etc.

Es un regulador térmico, ya que en épocas frías mantiene estable la temperatura corporal, y en las cálidas, regula la temperatura por ser diurético.

Se prepara en infusión, poniendo una cucharadita de té Jazmín por persona, añadiendo el agua a 80°C dejándolo reposar de 2 a 5 minutos, luego lo diluyes a gusto en volumen para una taza y si deseas lo endulzas.

