

Thé de montagne Sideritis Scardica Thé de l'Olympe



La description

La sideritis scardica est une herbe qui prévaut dans la majeure partie du nord de la Grèce et au-delà. Plus particulièrement, elle se développe à flanc de montagne dans le tout-puissant Olympe ; la maison aux douze dieux olympiens de la Grèce antique, et d'où provient le nom de ce thé. Il était jadis très apprécié du médecin de renommée mondiale, Hippocrates, et reste immensément populaire dans de nombreux pays de la Méditerranée et des Balkans.

Ses arômes sont notamment herbacés, mais il offre également de légères nuances florales et même fruitées à chaque gorgée. Reconnu pour ses vertus incroyables pour la santé, le Thé de Montagne - Sideritis Scardica d'Olympe est le choix idéal pour tous ceux qui cherchent l'aventure. Il a également été prouvé qu'il contribuait à améliorer la santé du système digestif, à faire baisser la tension artérielle et même à apporter des qualités d'anti-anxiété et antidépresseur!

Les Grecs sont de grands amoureux de cette boisson délicieuse, avec au moins 17 espèces différentes de la

plante Sideritis présentes dans le pays. Cependant, on estime qu'il existe au total 150 types différents de plantes de sidérite, notamment «**Sideritis raeseri**», «**Sideritis euboea**», «**Sideritis montana**» et «**Sideritis syriaca**». Il est également cultivé et consommé en Albanie, en Bulgarie, en Macédoine et en Turquie, ainsi que dans plusieurs autres pays d'Europe centrale et orientale. La Bulgarie, en particulier, partage une histoire fascinante avec 'Olympus Tea'.

Dans la Grèce antique, le terme "sidérite" signifiait "celui qui est fait de fer ou qui en a le fer". On pense que cela fait référence à l'utilisation de Sideritis Scardica lors des combats, lorsqu'elle était placée sur des blessures infligées par des armes de fer. Cependant, il y a beaucoup de mystère à ce sujet, beaucoup d'historiens contestant cette théorie.

Aujourd'hui, cette boisson est connue sous différents noms. Ceux-ci comprennent « Thé de Montagne », «Olympus Tea», «Thé des Bergers» et même «Ironwort». Sideritis Scardica, en particulier, est la plus largement étudiée. Alors que les Grecs anciens, y compris Hippocrate et Pedanius Dioscorides, ont étudié les propriétés médicinales de la plante Sideritis Scardica sous forme de thé, ce n'est que jusqu'au 20ème siècle que de nouvelles recherches ont été menées pour découvrir le véritable potentiel de cette infusion. On sait maintenant que le thé Mountain Tea Sideritis Scardica Olympus peut avoir d'énormes bienfaits pour la santé.

Pour en savoir plus, consultez la section «Prestations de santé» ci-dessous.



Type de thé: tisane.

Origine: Grèce.

Ingrédients: La plante Sideritis Scardica.

Instructions de brassage: La compagnie de thé et de café du Kent et du Sussex recommande l'utilisation d'une cuillerée à thé de la feuille. Toutefois, si vous préférez une tasse plus forte, envisagez d'ajouter 1½ cuillerée à thé.

Faites infuser dans de l'eau fraîchement bouillie et laissez infuser pendant 5 à 10 minutes.

Comment servir: L'ajout de miel ou de citron fait de délicieux accompagnements avec notre thé à la siderite à la montagne, Scardica Olympus. Sinon, cette boisson est mieux servie telle quelle.

Notes de dégustation: Thé à la montagne Sideritis Scardica Olympus Le thé se compose de délicats arômes d'agrumes et d'un délicieux mélange de saveurs terreuses et sucrées. Elle est considérée comme une boisson particulièrement rafraîchissante et offre également des nuances florales et

douces qui s'attardent en bouche longtemps après que vous avez vidé votre tasse.

Couleur en coupe: liqueur jaune doré, ton sur ton.

Bienfaits pour la santé: Une étude récente a montré que le thé de Montagne - *Sideritis Scardica* de l'Olympe est «aussi puissant que le thé vert pour induire des défenses antioxydantes cellulaires et prévenir le stress oxydatif», selon un rapport publié dans le Journal des Sciences de l'alimentation et de l'agriculture. On pense également que la consommation fréquente de cette boisson combat potentiellement les premiers signes de la maladie d'Alzheimer, mais des recherches supplémentaires sont nécessaires avant toute confirmation officielle.



information additionnelle



Type

Thé aux herbes



Points de vie

Détoxifiant, digestif, hydratation, système immunitaire, rafraîchissant, perte de poids



Niveau de caféine

Décaféiné (aucun)



Les options

Thé en vrac



Heure du jour

Petit déjeuner, déjeuner, après-midi, soirée



Pays

Plus d'une origine