



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://www.lezzetler.com)

---

## ÇAY HAKKINDA

Çayın ilk vatanının Çin, Hindistan olduğunu belirten görüşler vardır. Önceleri yaş sonraları ise kuru yapraklardan kınatılıp veya demlenerek içmeye başlandı. Türklerin çayla tanışması çok eski tarihlere dayanmaktadır. Önceleri dinlendirici, keyif verici ve ısıtıcı bir içecek olarak değerlendirilen çay gıda maddesi olarak da önem kazanmış ve tüketimi her geçen gün artmıştır. Yurdumuzda da Doğu Karadeniz bölgesinde çay üretimine 1917 yılında başlanmıştır. İlk olarak 1973 yılında kurulan yaş çay işleme fabrikası 1985 yılında 45 e ulaşmıştır. Türkiye, Hindistan, Çin, Sri Lanka, Endonezya, Kenya ve Japonya çay bitkisinin bol olarak yetiştirildiği ülkelerdir.

Yıllık kişi başına çay tüketimi miktarları yüksek olan 5 ülke şunlardır.

İrlanda 3,2 kg.

Kuveyt 2,5 kg.

İngiltere 2,6 kg.

Türkiye 2,3 kg.

Katar 2,0 kg.

Sabah kahvaltısından gecenin gecenin geç saatlerine kadar hayatımızın içinde olan çay, değişik kültürel değerlerin ortaya çıkmasına sebep olmuştur. Çayla ilgili tekerlemeler, bilbeceler, mani ve türküler, ilahiler, efsaneler başlı başına kültürel değerlerdir. İyi bir çay demlemek için, kireçsiz su, çay ve çay takımı lazımdır. Çay ne kadar iyiye, demi de o kadar iyi olur. Demliği deterjanla yıkanmamış, porselen, çelik ya da cam olmalıdır.

Çay sıcak ve nemli yeruzak tutulmalı ve ağzı iyi kapatılmış kavanozda saklanmalıdır. Çay çok çabuk kaynayan su ile demlenmemelidir. En iyisi kaynayıp soğumuş suya atılarak demlenmelidir. Her bardak çay için bir çay kaşığı kuru çay atılır. Genel olarak çayın demlenme süresi 15 dakikadır. Çay demlenirken, çaydanlığın ısısı düşürülmemelidir.