

Infusión

Té negro:

Se trata de la hoja de té incluyendo en su elaboración el proceso de fermentación clasificándose después según su tratamiento en tres tipos: hoja entera, hoja rota, hoja triturada. También se pueden clasificar según su lugar de plantación (Assam, Darjeeling, Ceilán, Yunnan).

Té verde:

Los té verdes se obtienen de las mismas hojas que el té negro pero sin pasar por el proceso de fermentación. Se suelen cultivar en regiones montañosas húmedas y en un tipo de suelo determinado. De color verde brillante, es muy apreciado por sus propiedades terapéuticas, debido a su poder antioxidante.

Té rojo:

Variedad originaria de la provincia de Yunnan, también se la denomina té post-fermentado, ya que su proceso de fermentación es diferente al de la del té negro y se realiza durante un largo periodo de maduración que puede alcanzar más de 50 años, características que le hacen especial por sus propiedades medicinales (adelgazantes, reductor del colesterol). De sabor fuerte y terroso da una infusión de color oscuro y rojizo.

Té blanco:

Una taza equivale a doce zumos de naranja. El té de la longevidad té blanco es el antioxidante natural más potente que nos ofrece la naturaleza por su alto nivel de polifenoles y su proceso natural de elaboración (no se fermenta, sino que se deja secar al sol). Conocido también como el elixir de juventud, el té blanco es el más exquisito y refinado de cuantos se conocen.

Rooibos:

El Rooibos es una planta originaria de Sudáfrica que nos ofrece una infusión deliciosa y suave, al igual que los tés, se comercializa en verde, fermentada y aromatiza. Es importante decir que está totalmente libre de cafeína y que sus propiedades para la salud son muy apreciadas, contiene polifenoles lo mismo que el té y de hecho también se denomina té rojo desteinado. Ideales para tomar cualquier hora del día por estar libres de teína.

Manzanilla:

Es tranquilizante y tienen propiedades digestivas. Se extraen de las plantas con esos mismos nombres. Sirven para desinflamar y tratar cólicos y diarreas. Además, procuran un sueño apacible y reparador.

Menta Poleo:

El **poleo** o **menta poleo** (*Mentha pulegium*), es una de las especies más conocidas del género *Mentha*, es una hierba aromática, parecida a la hierba buena, a la cual se le atribuyen numerosas virtudes, digestiva, carminativa (disminuyendo la producción de gases), colagoga, sedante (reduciendo el dolor estomacal), antiséptica, antimicrobiana, parasiticida, etc.

Tila:

El efecto relajante de la planta de tilo se siente de forma particular en el sistema cardiovascular, en especial cuando se presenta hipertensión, ya que posee acción hipotensiva, es decir, que **baja la presión de la sangre**. Además, se ha observado la capacidad de restaurar las paredes de los vasos sanguíneos.

Thé marroqui