

L&ch s&

T&c truy&n đ&c B& Đ& L&t Ma, ng&&i &n Đ& đã du nh&p Ph&t giáo dyana vào Trung Hoa kho&ng 520 qua tr&&ng phái chan (đ&u tiên đ&&c g&i chan na), sau n&y tr& nên seon bên Hàn Qu&c, zen bên Nh&t B&n, thi&n & Vi&t Nam, m&t hôm ng& g&t nhân lúc ng&i đ&nh tâm. Th&c gi&c, h& th&n, ngài c&t hai mí m&t v&t xu&ng đ&t. Hai mí n&y m&c r&, đ&nh ch&i l&n lên thành m&t cây lá hình mí m&t mà ng&&i đ&i hái v& dùng đ& gi& trí óc luôn đ&&c t&nh táo. M&t khác ng&&i ta tin t&c u&ng trà đ&&c truy&n l&i t& thu& Th&n Nông ! Sau m&t lo&i tên : tu, she, chuan, jia, ming,... ngày nay nó đ&&c g&i cha bên Tàu, cha hay sa bên Nh&t, tchai bên Nga, tea bên Anh, tee bên Đ&c, thé bên Pháp,...toàn nh&ng ch& đ&ng âm. Lúc ban đ&u, cách dùng trà có ph&n r&c r&i : lá đ&&c &m h&i n&&c, cán nghi&n nát, vo thành viên r&i đem n&u v&i hành, g&ng, cam, s&a và nhi&u gia v& khác g&i là bánh trà hay đoàn trà. Thêm vào b&, kem s&a, l&i ăn n&y hi&n còn đ&&c thông đ&ng bên Tây T&ng. Trên th& gi&i ngày nay ít th&y có n&i khác còn ăn trà nh& v&y.

& Á Châu, trà liên quan m&t thi&t v&i Ph&t giáo. Tăng l& khi ng&i thi&n "c&n t&nh t&a, đ&u tâm, quán chi&u t& tánh, tiêu t& t&p ni&m, đ& đ&t tr&nh thái khinh an, minh t&nh,... Trà lúc th&c u&ng đ& th&n t&nh não, xua đ&u i ma ng&..." T& đ&y trong tu vi&n sinh ra trà đ&&ng, n&i th&o lu&n, trà c&, n&i đánh tr&ng chiêu t&p tăng ni, trà đ&u, v& tăng coi vi&c n&u trà (T&o ch& ph&nh phu, Tri&u Châu : "u&ng trà đ&i", Giác Ng& s& 31, 1999). D&n đ&n, thú u&ng trà r&i chùa chi&n lan qua cung đình, quan l&i, sĩ phu, th&&ng gia. Song song v&i Ph&t giáo, Lão giáo l&y trà làm thu&c tr&&ng sinh, góp ph&n nh& bi&n t&c dùng trà vào qu&n chúng.

Bên Trung Qu&c, & th&i Kh&ng T& đã th&y bi&t u&ng n&&c cây tu, m&t lo&i trà đ&ng. B&t đ&u t& các th&i đ&i Tam Qu&c, L&c Đ&i, thu&t dùng trà đ&n đ&n tr& nên th&nh hành. Qua đ&i Đ&&ng, ngh& thu&t trà chi&m m&t chân quan tr&ng trong gi&i uyên bác, bên c&nh văn th&, h&i h&a, th& pháp, âm nh&c, võ thu&t,... Trà kinh, cu&n sách đ&u tiên th&o lu&n v& trà, đ&a tác gi& L&c Vũ lên b&c trà s& đ&u tiên, sau n&y còn đ&&c tôn là trà th&n (Đ& Tr&ng Hu&, Trà, l&c s& và ý nghĩa, Bách Khoa s& 169, 1964). Cũng vào th&i &y, L& Đ&ng vi&t bài Trà ca cùng L&c Vũ đ& tên l&i h&u th& trong th& gi&i trà. Sau n&y còn ra đ&i nhi&u cu&n khác mà có ti&ng nh&t là cu&n chuyên kh&o xu&t b&n đ&i T&ng, Trà lu&n c&a vua Huy Tông, lúc ngh& thu&t dùng trà đ&t đ&nh t&i cao. Đ& g&m u&ng trà th&i &y còn gi& ti&ng vang (John Blofeld, Thé et Tao).

Ngh& thu&t trà theo Ph&t giáo nh&p vào Nh&t B&n, t& m&t th&c u&ng tr& thành m&t đ&ng c& truy&n bá tr&&ng phái zen. Cũng nh& & nh&ng n&i khác, trà đ&o thoát kh&i nhà chùa, l&n vào đ&a h&t văn hóa, t&ng h&p nh&ng lý t&&ng cao siêu thu&c v& đ&o giáo, luân lý, m& h&c, cùng tri&t lý, k& lu&t, quan h& xã h&i. T&ip tay các tu sĩ Ikkyu & (1394 - 1481), Murata Shukô (&&&&

Chè Huế, Trà Tàu

Tác Giả: Võ Quang Y&n

Thứ Hai, 19 Tháng 1 Năm 2009 04:28

(1423-1502), Takeno Joo (1502-1555), phát minh một phong cách mới, nghệ thuật wabi, dùng trà trong một ngôi nhà nhỏ, vẻ khiêm nhường, không phô trương, kết hợp thiên đ&nh và nguyên tắc binh quân của nền dân chủ. Đ& đ& ông ta, Sen Rikyu, là người khai triển trên vẻ nghệ thuật này, nền di&n trà đ&o với nền nguyên tắc căn bản hòa hợp, tôn kính, thuần khiết và bình tâm. Huế du& của ông 15 thế kỷ sau còn là trà s& có tiếng. Ngày nay, trong nghi lễ dùng trà Nhật Bản chanoyu, s& ki&n cho là đ&n giới pha trà và uống trà chủ yếu nhằm mục đích : đ&t đ&n thanh th&n tâm hồn, thông cảm với đ&ng loài trên thế giới (Soshitu, Vie du thé, vie de l'esprit).

R&a lòng t&c, t&nh m&ng tr&n

Âu châu chủ yếu xúc với trà từ thế kỷ 17 qua Công ty Đ& thu&c Hòa Lan. Hãng buôn này chi&m đ&c quy&n nhập khẩu trà vào nước Anh và M& châu. B&a dùng trà vào năm gi& chi&u, thêm đ&ng, thêm sữa là một thức uống mà ít người Anh có thể bỏ qua. Uống trà samovar gi& nóng suốt ngày bên Nga như của ta như đ&n om chè luôn đ&t trên bếp qu& ta. Tuy nhiên ở phương Tây, cảnh tranh cãi phê phán nh&n, trở nên nghiêm trọng ở Đông Âu, tập quán dùng trà ít đ&ng phát triển cho đ&n giờ đây, bắt đầu thay đ&ng c&u kê trong các tiệm cà phê Tàu Việt Thái sau hoc ngay trong bữa ăn.

Ở Việt Nam, chúng ta thường phân biệt chè xanh và trà tàu. Tuy nhiên, một hôm ở quán 13, Paris, khi tôi gọi một cốc trà sau bữa ăn, anh đ&n bàn hỏi phép hỏi tôi : chè đ&u hay hay chè khoai ? Không có nghệ thuật đ&n đ&n mệnh mệnh như ở các nước ở Đ&, Sri Lanka, Indonesia, thường người nước ta với nền nào cũng có vài ba góc chè đ& dùng trong nhà. Lá chè tươi nếu uống s&i là thức uống bình dân rất tiện. Tuy vậy, ngày nay nó đang bị nghệ thuật ng&t Pepsi, Cola nhập khẩu hay các các rượu bia đ&ng loài lấn át. Nhà văn Võ Phi&n, cách đây gần 30 năm, đã luyện tập cái om chè Huế ngày xưa : "B& một v&c lá chè khô vào om, đ&ng nước vào, n&i lên. Nước sôi, sữa trào ra, thì lập tức ch& thêm tí nước lạnh vào đ& trên nó xuống. Một ch&c nó lên sôi lên tôi tắt nước lạnh. Ba bữa bốn bữa như thế... Cần phải kiên nhẫn : lá không nên cháy hơn quá, nước ch& thêm không nên nhiều quá, mùi ít chút ít thôi. Có thể chè pha ra bát mới tốt đ&ng c" (Hết bát trà trong Tuy bút). Bên các xã Ma r&c, Tunisia thì người ta có ý rút th&t cao cho có nhiều bột mì để làm bánh mì nóng, th&t ngọt lại rất mùi b&c hà thơm ngát.

Trà tàu bên ta nếu không dùng theo kiểu Trung Quốc xưa : trà m& (trà ở trong bình ng&a, trưng di&p (trà ở trong ruột sâu ch& với búp trà), b&ch mai h&u (trà do kh& lông trà ng& hái),... thì các cây lá ở các hoa (lài, sen, h&ng, s&i,...) không ch& đ& có trà thơm. "Nghệ thuật bi&t nh&t thì là lấy g&o sen dùng đ&ng trà. Nghệ thuật gia đình nên nên, dù t&ng bữa cũng không thể nào đ&ng đ&ng vi&c này. Vi&c này không còn là một sự đua theo thời, mà đã là một công dụng với nghi tôn giáo và công dụng trong việc xã giao, ngoài cái thú thưởng thức h&ng và đ&ng bi&t của trà sen" (Lê Văn Siêu, Trà ở p sen... trong Văn minh Việt Nam). Đ&n trà lại là một nghệ thuật.

Chè Hu, Trà Tàu

Tác Giả: Võ Quang Y n

Thứ Hai, 19 Tháng 1 Năm 2009 04:28

"Pha cho mình cũng như pha trà mời khách, công việc đã đổ vào đây bao nhiêu công phu. Như công phu đó đã trở nên lơ nghi, như trong ấm trà pha ngon, người ta chú ý như những mọt chút mùi thơm và mọt chút triết lý và tâm lý" (Nguyễn Tuân, Chén trà trong sương trong Vang bóng mọt thời). Thanh hồ lô, hồ u v, ấm chén chén a đã gây cái thú uống chè. "Chè tàu thú vị ở chỗ tính nó sạch sẽ, hồ lô nó thơm tho. Буi ấm gió mát, буi chén trắng thanh, với bình rượu làng thơ cùng làm cho khách mà uống dung pha ấm chè tàu ra thì có thể thưởng thức mọt ng tròn, rồi ấm lòng rồi" (Phạm Đình Hổ, Cách uống chè trong Vũ trung tùy bút). Ôi, công mọt quá khổ biết bao thanh cao, thú vị khi!

Ngày nay, khi đi thăm nhà ai, với còn có bình trà tiếp khách, như lơ nghi không quá đi uống thu, mọt ng tròn. Thời đại kinh tế, khoa học, ít thì giờ mà đi cấn hi u c. Trên thế giới, bình n n c đ c bi t s n xu t s l n. Đ ng xa hàng đầu là n Đ (m i năm 870.000 t n), theo gót là Trung Qu c (665.000 t n), sau đó m i đ n Kenya (294.000 t n), Sri Lanka (281.000 t n) rồi Indonesia, Pakistan, Đài Loan,... Số s n xu t th gi i hàng năm x p x 2 tri u t n. n n Đ, đ n đ n tr ng trà r i rác kh p n i và ch t l ng trà m i vùng khác nhau, ph thu c vào lo i đ t và khí h u. n Trung Qu c, ph n l n nh ng t nh tr ng trà n m m i n nam. Bên Kenya, x m i tr ng trà so v i các n c Á châu, trà có hồ lô ng v n ng đ m đ c bi t c a m i n núi. Sri Lanka, n i đ c m nh danh là "đ o trà", g m có sáu vùng trà đ u m i n nam. V m t tiêu th , ngoài các n c Á Đông dùng nhi u nh ng không có th ng kê, n c Anh nh p c ng nhi u nh t (trung bình m i ng i m i năm u ng 5kg), theo sau là New Zealand, Canada,... Đ c th ng th c nhi u nh t là trà n Đ, đ c bi t s n xu t t các vùng Darjeeling, Jalpaiguri, sau đ n trà Sri Lanka, Java, Trung Qu c...

Qu c t lúc đ u đ t tên cây trà là cây Thea, theo Linn., thu c h Trà Theaceae. Đ n đ n danh t Camellia i th vì lá trà gi ng lá cây hoa trà camelia. Có nhi u lo i Camellia : C. assamica, C. macrophyllia, C. rosea, C. viridis, thông đ ng nh t là C. japonica và C. sinensis. Sách thu c x a đã bi t dùng trà đ gi m đau, đ m t, tăng s c, gia c ngh l c, ph c h i th gi ác. Ngày nay, vì trà đ c dùng nhi u n i trên thế gi i l i là m t nguyên li u đ ki m, r ti n nên r t nhi u phòng thí nghi m các vi n Đ i h c cũng nh các xí nghi p đ c ph m đ xô vào kh o c u và hàng ngàn b n báo cáo hàng năm chi m đ y các sách báo khoa h c, tr c đ tìm hi u tính ch t, sau h u mong phát hi n đ c ng đ ng nh ng ho t ch t t m tàng đoán bi t trong m t th c u ng r t thông th ng.

Trên thế tr ng th gi i, trà xu t hi n đ i ba th : chè t i hay trà xanh là trà không lên men, m t trà (matcha) Nh t B n, m t lo i trà b t dùng trong nghi th c chanoyu, thu c v th chè n y ; trà đen là tr hay ngâm, n c trà màu đ m, hồ lô ng n ng, n ng mùi tannin ; trà ô long là trà lanh, đ c tính n m gi a hai th trà kia. Th ng đ c hái là ng n đ t thêm m t, hai hay ba lá tùy theo ch t l ng trà mu n s n xu t. Cũng có khi hái thêm b n hay năm lá nh ng là đ ch t o trà h ng t i. Lá đ a v đ c đem ph i hay s y khô r i cho k p lần đ chi t xu t tinh đ u. Thao tác n y b gây m t s lá, đem sàn chia làm ba lo i : lá toàn v n dùng làm các trà Orange

Pekoe, Flowery Orange Pekoe, Golden Flowery Orange Pekoe,... ; lá g&y m&t ph&n dùng trong các trà Broken Orange Pekoe, Golden Broken Orange Pekoe,... ; và lá nghi&n nát thành m&n dành cho các trà Dust, Fannings,... Đ& , trà đ&c thêm n&c đ&a đ& m lên 90% và đ&t trong môi tr&ng không khí gi& gi&a 22 và 28°C. Ph&n &ng hóa h&c làm tăng nhi&t đ& kh&i lá. Khi nhi&t đ& h& xu&ng là lúc cu&c lên men ch&m đ&t : chuyên viên có kinh nghi&m bi&t rõ lúc nào c&n cho ng&ng thao tác. & trà c&n thi&t đ& g&y h&ng v& trong trà nh&ng kéo dài ph&n &ng thì có h&i cho ch&t l&ng trà. Sau đó, lá đ&c đem s&y & 80°C đ& h& đ& m xu&ng 12%. Trà bây gi& có th& cho vào h&p kim lo&i ch&ng &m, ch&ng ánh sáng, nh&ng tr&c đó còn ph&i qua tay m&t viên giám đ&nh ki&m tra màu s&c, h&ng v& và ngay c& tính đàn h&i c&a lá trà khô.

Tính ch&t, h&ng v&, ch&t l&ng lo&i trà là do h&n 200 hóa ch&t trong lá ch& đ&nh, qua máy s&c ký, m&t ph&n l&n đã đ&c c chi&t xu&t và xác đ&nh c&u trúc. Chúng thu&c đ& lo&i ch&c : t& alcan qua alcanal, alcenal, t& acid qua ester, ceton, oxid, r&u,... đ&n nh&ng phân t& ph&c t&p h&n nh& trong nhóm tannin. H&ng trà th&ng đ&c cho là các ch&t hexenal, octadienon, norleucin,... mà ra, mùi hoa h&ng t& b-alanin, phenylalanin, glutamic acid, mùi trái t& arginin, lysin, mùi r&u t& threonin, còn tyrosin, tryptophan thì cho ph&ng ph&t m&t mùi hôi, trong khi dimethyl octatrienol c&ng hi&n m&t h&ng hoa đ&u ng&t. Trà Darjeeling đ&c th&ng th&c nh& các linalool, linalool oxid, geranol, haxanoic acid, benzyl alcool, phenylethyl ethanol, geranic acid, hexanoic acid, dimethyl octadiendiol,... Trà Trung Qu&c, t& Vân Nam, Phú Ki&n qua Qu&ng Đông, Qu&ng Tây, khác v&i trà &n Đ&nh có nhi&u benzyl alcool, phenylethyl ethanol. Trà Sri Lanka cũng đ&c h&ng &ng nhi&u nh& hai ch&t chính : methyl jasmonat có mùi hoa l&i, jasmin lacton có mùi trái m&, trái đào, bên c&nh dimethyl nonenolid, octanolid, nonanolid, decanolid, hai ch&t sau n&y có mùi c&n tây, th&m nh& trái h& đào kèm theo mùi s&a đ&u, ph&ng ph&t đ&ng sau h&ng trái cây.

Đi&t khu&n, tr& n&m, kh& đ&c

& Vi&t Nam ta, trong s& h&n m&t trăm ch&t đã đ&c xác đ&nh trong trà, nhi&u nh&t là pentanal, linalool, phenylcetate và ít nh&t là benzaldehyd, geraniol. M&t công tác kh&o c&u trên hai lo&i trà đen và trà sen thì l&i tìm ra đ&c nhi&u nh&t linalool, linalool oxid, dimethyl octatrienol, dimethyl pyrazin, ethylformyl pyrrol bên c&nh anethol và dimethoxy benzen. Ch&t sau n&y có nhi&u nh&t trong trà sen. Các hóa ch&t trong trà thay đ&i v&i tu&i cây trà, v& trí lá trên cây, th&i gian hái lá trong năm,... cũng nh& cách x& lý, ch& bi&n, tích tr& trà. Ví đ& khi gi& trà lâu ngày thì s& l&ng propanal tăng gia trong khi hexanal gi&m h&. Đ&c bi&t, trong th&i gian lên men, tr&nh aspartic, glutamic acid, glutamin, arginin, threonin, serin, theanin còn nguyên v&n, t&t c& các amin acid đ&n đ&n bi&n hóa thành nh&ng aldehyd t&ng &ng, góp ph&n nâng cao h&ng v& trà. Đáng đ& ý là n&u ascorbic acid ngăn ch&n cu&c bi&n hoá n&y, dehydro ascorbic acid có ph&n &ng ng&c l&i. Đ&ng khác, khi đem trà đ&t nóng thì th&ng th&y hi&n ra nh&ng ch&t pyrazin : methyl pyrazin, ba ch&t đ&ng phân dimethyl pyrazin, trimethyl pyrazin.

Màu s&c trà là do nh&ng ch&t thu&c nhóm tannin mà ra. Nh&ng ch&t s&c th&ng th&y là nh&ng xanthin, theaflavin, theaflagallin,... nhu&m trà đ& màu h&ng, đ&, nâu,... Đ&c bi&t, nh&ng amin acid nh& arginin làm tăng màu nâu, cystein c&ng hi&n màu h&ng. Tannin là m&t h&n h&p có tính ch&t b&o v& g&, da, ch&ng th&i r&a, m&c nát. Nó cũng có th& gây ung th& đ& th&c qu&n. T& đ& trong lá th&ng quanh 12-13%, khi lá hái cu&i mùa có th& lên đ&n 18%. Tám ch&t polyphenol n&i tr&i chi&m 40-60mg/g trà (có nhi&u trong lá trà non h&n lá trà già) : catechin (C), epicatechin (EC), gallocatechin (GC), epigallocatechin (EGC) và b&n đ&n xu&t gallat c&a chúng : catechin gallat (CG), epicatechin gallat (ECG), gallocatechin gallat (GCG) và epigallocatechin gallat (EGCG). Khi trà lên men, các ch&t catechin gi&m h&. Khi trà b& đ&t nóng, nh&ng polyphenol cũng thay đ&i : epicatechin bi&n thành catechin, epigallocatechin bi&n thành gallocatechin,... còn epicatechin gallat, epigallocatechin gallat,... thì phân h&y ra gallic acid cùng các m&nh hoá ch&t nh& khác. M&t thành ph&n quan tr&ng c&a tannin là tannic acid có tác đ&ng bóc v&y t& bào bi&u mô đ& ru&t, thoái hóa t& bào gan, thêm nhi&m ngoài ti&u c&u và ngoài m&ch t& bào b&ch c&u đ&n nhân th&n,... Tannic acid trong trà pha là (mg/mL) 55-59 t& lá, 80-95 t& m&n ; trong trà n&u, s& đ&ng lên đ&n 85-95 t& lá, 102-118 t& b&i trà. Vì tannin có tính ch&t hóa h&c và đ&c lý có ích nên cu&c chi&t xu&t nó đã đ&c kh&o c&u, đ&c bi&t đ& phân tách các catechin.

Th&ng ng&i không quen u&ng trà b& m&t ng&. Th&t v&y, trong trà có cafein, nhi&u h&n c& trong cà phê. Nói chung, trà ch&a đ&ng m&t s& alcaloid đ&n xu&t c&a purin. Ba ch&t chính c&a nhóm n&y là ba đ&n xu&t c&a xanthin : cafein (trimethyl xanthin), theobromin, theophyllin (hai ch&t đ&ng phân dimethylxanthin). Cafein có nhi&u nh&t (2-4%). Theobromin ít h&n (đ&i 0,2%), th&ng đ&c chi&t xu&t t& h&t cây Theobroma cacao. Theophyllin còn ít h&n (kho&ng 0,01%) ch& có đ& lá trà. Ngoài nhóm xanthin, còn có adenin, (aminopurin), guanin (aminohydro purin), xanthin (dihydro purin),... đ&u đ&i 0,01%. Cafein đ&c chi&t xu&t t& năm 1820 t& h&t cà phê (ch& đ&ng 1-2%) và qua năm 1885 đ&c nhà hóa h&c Hermann Emil Fischer (1852- 1919, Nobel 1902) nhân t&o t&ng h&p. C& ba xanthin đ&u đ&c xem nh& là nh&ng ch&t kích thích h& th&n kinh. Tác đ&ng c&a cafein m&nh nh&t : nâng cao ho&t đ&ng não, tăng gia &ng đ&c trí tu&, nh&ng th&i gian h&ng ph&n th&ng có kèm theo m&t tr&ng thái suy thoái.

Dùng ít, cafein có tính ch&t h& huy&t áp, dùng nhi&u thì tác đ&ng ng&c đ&i. Trong h& th&ng tim m&ch, theophyllin hi&u nghi&m nh&t : tăng gia biên đ& t&n s& tim đ&p và tác đ&ng lên s&i tim. Dùng nhi&u, nó có th& thúc tim đ&p lạnh. Đ&ng khác, có tính ch&t thả du&i s&i c& tr&n nên nó đ&c dùng đ& ch&a b&nh suy&n cũng nh& các ch&ng thông khí kinh niên, đ& tháo gi&i co th&t ph& qu&n, đ&ng th&i c&i ti&n s& tu&n hoàn đ&ng m&ch vành. C& hai theobromin và theophyllin đ&u có tác đ&ng đ&i ti&u đ&n. Ba ch&t xanthin đ&u không đ&c dù dùng li&u đ&ng đ&n. Tuy v&y, chúng có kh& năng gây nôn m&a vì kích thích niêm m&c đ& dày và nh&t là gây m&t ng&. Chúng không gây ra thói quen, nh&t là cafein, thi&u thì sinh ra b&c đ&c, b&n ch&n, n&u không là b& kích thích, n&i cáu. Vì v&y ngày nay có bán nhi&u lo&i trà b&t, khu&y n&c u&ng li&n, đ&c kh& cafein ho&c b&ng ph&ng pháp tinh l&c, ho&c b&ng chi&t xu&t v&i dung đ&ch h&u c& hay, theo s& đ&n nh&ng vẫn b&ng sáng ch&, v&i thán khí t&i h&n (super critic carbonic gaz).

Ngä i Âu Mä thäng uäng trà väi đäng. Thät ra trong trà đã có fructose, glucose, arabinose, sucrose, maltose, raffinose, stachyose (tä 0,1 đän 0,7 %) đäi thä do hay kät thành glycosid väi rhamnose, galactose, xylose, galacturonic, mannuronic acid. Ít đäc biät là sinh tä trong trà. Bên cänh các vitamin C, E, cä mät loät vitamin B đã đäc xác đänh : B1, B2, B3, B5, B8, (täc H), B9 (vài mg% mäi thä) nên trà đã đäc dùng làm thuäc bä säc, träng läc. Mät tính chät rät quan träng cäa trà là nó có khä năng chäng oxi hóa nhä nhäng chät nhä ascorbic acid, tocopherol và nhät là nhäng polyphenol, đäc biät nhäng catechin. Mät vän bäng dùng näc chiät xuät räi phân tích qua máy säc ký läng cao áp đã xác đänh đäc phân suät các catechin y : trong 12g trà chiät có EC (rät ít), GC (0,85), EGC(1,44), ECG (1,24), EGCG (4,87g) *. Tác đäng chäng oxi hóa tăng theo thät

Tính chät đäc liäu cäa trà đäc thäy rõ ràng nhät là diät khuän đä loäi, mät sä gây bänh trong rau, trái, thäc ăn : nhäng Agrobacterium, Bacillus, Clitidium, Clostridium, Escherichia, Plassiomonas, Porphyromonas, Pseudomonas, Salmonella, Staphylococcus, Vibrio,...Nhä väy, trà chiät đäc dùng làm thuäc khä näm *, chäa đäng **, chäng đau *, träng viêm *, làm bánh chäng tinh thän bäi hoäi *, chäa các chäng đäng liäu *, täm khän khä träng *, khä đäc nhäng träng Vibrio parahaemolyticus, V. cholerae ** hay Clostridium botulinum *. Trà chiät chäa đäng polyphenol đäc dùng đä chäng nhäng loäi träng nhä Staphylococcus aureus, Clostridium botulinum kháng cä läi methycillin **, có khi đäng vän väi b-lactam. Bên phän thäo mäc, polyphenol xúc tiän cây cä chóng mäc *, xua đäy täp träng *, chäng bänh träng cäu *, väi liäu läng rät nhä <100ppm *. Saponin * cũng nhä polyphenol còn có tác đäng lên các virus gây cúm **, tiêu chäy *, viêm vä träng *.

Nhäng läi ích cäa trà

- Diät khuän

Trong sä các vi khuän bä polyphenol diät có nhäng loäi Streptococcus mutans là sâu răng, Bacteroides gingivalis gây bänh täo keo, Porphyromonas gingivalis gây viêm khäp răng. Polyphenol còn tác đäng lên enzym chuyän đäng glucotransferase, tăng säc chäng đä acid cäa men răng đäng thäi chäng sä cäu täo mäng răng. Vì väy trà chiät đã đäc cho vào thuäc đánh răng ***, chäng mäng răng **, hay vào các hän häp làm näc súc miäng ngäa sâu răng **, chäa răng hä **, chäng viêm khäp răng **, khä häi mäm, thäm häi thä **, có khi cho ngay vào thäc ăn đä phòng ngäa răng hä *. Polyphenol cũng nhä saponin có tính chät chäng đäng, đäc chä hyaluronidase, phän vä trên da, phóng thích histamin trên tä bào màng ngoài bäng chuät

- Cholesterol máu, đi u hòa trong máu

Đi vào trong máu, polyphenol, nhất là EGCG cũng như theaflavin galat, flavol, flavonol, saponin có tính chống đông máu, ức chế sự kết tụ tiểu cầu * do collagen *, adrenalin hay arachidonic acid * gây ra. Tiềm lượng EGC có thể so sánh với tác dụng của aspirin, còn saponin thì có hiệu quả tới 50mg/kg, kết quả giữa 2 và 24 giờ. Bên phần huyết áp, polyphenol cùng saponin, apigenin, camellianin có khả năng giảm huyết áp *, đồng thời ngăn ngừa lên mức chuyển hóa lipid khi trên chu kỳ. Như catechin, polysaccharid, diphenylamin thì làm giảm cholesterol đáng kể. Polysaccharid, trong lượng phân tử giữa 20.000 và 200.000, gồm có ribose, arabinose, glucose được phân tách qua phương pháp sắc ký *. Như catechin như C, ECG, EGCG được cho vào thức ăn, nước uống hay thuốc men *, có thể thêm vào a-linolenic và eicosapentaenoic acid *. Polyphenol, polysaccharid còn có tính chống lại enzyme loại a-amylase, lipase *, ức chế tinh bột thoái hóa ra đường *, tuy nhiên có khả năng đi u hòa đường trong máu **, chống béo **, phòng ngừa bệnh tiểu đường **. Một hợp chất tannin-kim loại cũng đã được chứng minh có tác dụng chống lại bệnh đái tháo đường trên chu kỳ *.

- Chống ung thư da, phổi, thực quản, dạ dày

Một tính chất đặc biệt vô cùng quan trọng của trà chiết là khả năng chống ung thư, như như flavanoid như quercetin, kaempferol, myricetin, các chất thơm như nerolidol, b-ionon, d-cadinon, b-carophyllin, các polyphenol **. Nghiên cứu quan trọng của thực vật và người đã được đem thực nghiệm : u khỉ đã được chiếu tia tử ngoại mạnh từ tia phóng xạ xuất phát từ các cuống của bệnh hoặc các hoá chất gây ra. Trong số này, đồng hành đầu là benzopyren đã có số lượng trong trà tuy rất ít trong trà khô (51,5-70,7 µg/kg), còn ít hơn trong nước trà (<0,01 µg/L). Ngoài ra còn có chất độc hại, đáng kể là aflatoxin B1, các chất amin (nitroso methyl, nitroso methyl benzyl, nitroso diethyl), dimethyl hydrazin, methyl dinitro guanidin,... Kết quả là trà chiết đã ức chế được sự phát triển ung thư da, phổi **, thực quản, dạ dày, ruột tá, ruột kết,... Song song với một số khác của vỏ thực vật như chất chống oxy hóa thì có nhiều người uống nước trà, dùng trà chè bệnh còn có nguy hiểm như u tím : an toàn, không độc, rất tinh, dễ chế biến... Trong lãnh vực này, tuy còn ít, đã thấy vài vấn đề sáng chế * dùng nước * và dung dịch hữu cơ chiết xuất *, tinh lọc các hoạt chất qua lignocellulose * gồm có theaflavin, theaflavin monogalat, theaflavin digalat và các catechin galat vì thấy ra hoạt động mạnh mẽ như n của polyphenol là do nhóm galat mà thôi.

Bên ta có thể dùng để đôi miệng uống trà, hút thuốc lá, có thể hiểu như không phải là một chuyển tình cảm. Trong thuốc lá được biết có methyl nitroso amino pyridyl butanon là một chất có khả

Chè Hu, Trà Tàu

Tác Giả: Võ Quang Y n

Thứ Hai, 19 Tháng 1 Năm 2009 04:28

năng gây ung th ph i mà trà i có tính ch t kh đ c ch t đ c n y. Vì v t có v n b ng cho tr n trà ** hay cafein ** vào thu c lá. Kh thu c cũng đ c vì có tác đ ng oxi hóa trong microsom gan, t bào ph i, tăng gia tính u t bào ph i. Polyphenol trong trà cũng ch ng đ c ph n ng n y nh có kh năng c ch c u t o g c lipid. Bên c nh ung th cũng th y có vài b n báo cáo dùng polyphenol hay nh ng ch t camelliatannin ngăn c n cu c sinh s n HIV trong b ch huy t bào.

- Kh mùi

Bên d c ph m, trà còn đ c dùng đ làm thu c kh mùi ** phun trong phòng **, gi đ c lâu trong b p *, phòng v sinh *, kh mùi t i, mùi thu c lá *, mùi th i các ch t có u hu nh, ammoniac, amin *, formaldehyd *, làm th m n c *, dung đ ch h u c đ u đ t *, thu c chùi nhà *, thu c t y da * dùng cho con tr , thu c nhu m đ ă. Cùng trong l nh v c, trà đ c dùng trong các thu c g i đ u ***, ch ng ng a, kích thích tóc m c, phòng ng a tóc b c *, thu c nhu m tóc r m, thay s c b c *, thu c t m **, thêm enzym lo i pectinase, hemicellulase, b-amylase ch a viêm da *, xà phòng r a s ch mùi cá *, ch t t y v t li u b ng g , da, đ g m, ch t đ o *. H n n a, nh kh năng tr kh nh ng g c t do tác h i lên t bào làm cho c th mau h , chóng già, trà đ c dùng trong các m ph m b o v da **, ch ng các tia t ngo i m t tr i ***, các g c t do *, thêm vitamin E c ch tia t ngo i oxi hóa đ u m *, c ch tyrosnase * c a collagen *, b o v m ph m ***, thêm vitamin C làm n đ nh d c ph m * gi lâu không h màu s c, tính ch t **...

M y ai trong chúng ta ngày nay u ng trà mà ý th c đ c nh ng ng đ ng phong phú và i ích c a m t lo i cây th ng th y trong v n, m t th c u ng bi t bao bình dân n c ta cũng nh ẽ m t ph n n các n c châu Á. Các c ngày x a ch c còn kém ta h n ta trong ki n th c khoa h c v cây trà, lá trà, nh ng các c ẽ i bi t h n ta nhi u trong cách th ng th c trà. Có ai ch u khó sai ng i nhà đi xa đ xin cho đ c chút n c gi ng chùa v pha n c ? "Bi t đâu trong b n đ i d ng n c m t chúng sinh c a th gi i ba nghìn, sau đây i ch ng có m t ph n to n c m t c a m t ông già n g lên chùa xin n c ng t v đ u ng trà tàu. Mô Ph t !" (Nguyễn Tuân, Nh ng chi c m đ t trong Vang bóng m t th i). Mà không ph i ch vào lúc trà đ t u h u !