

THÉ VERT

Les Caractéristiques du thé vert japonais

Quelles sont les différences entre le thé vert de la Chine et du Japon ?

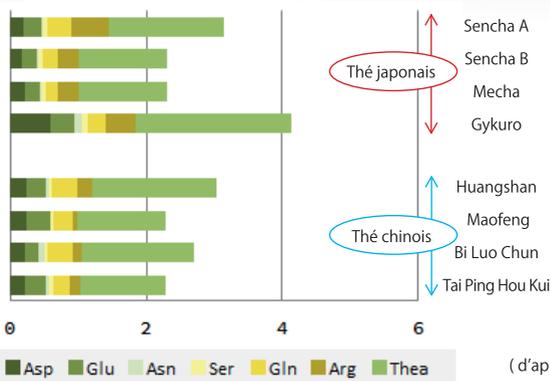
D'après les recherches du NARO (National Agriculture and Food Research Organization) sur la teneur en acides aminés des feuilles de thé, il y n'a pas une grande différence entre ces deux origines. En revanche l'analyse comparative de la théanine (acides aminés) indique des teneurs différentes après infusion dans de l'eau chaude.

L'importante teneur en acides aminés du thé vert japonais

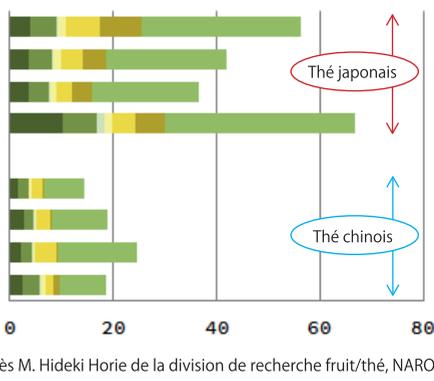
La teneur en acides aminés, composante de la saveur *umami*, est identique en valeur totale du poids dans les feuilles de thé concassé, mais elle devient plus importante dans le thé japonais au moment de l'infusion.



Teneur en acides aminés (%) dans les feuilles de thé



Teneur en acides aminés (mg) de l'infusion 100ml



(d'après M. Hideki Horie de la division de recherche fruit/thé, NARO)

- Mode d'expérimentation -

- Analyse gravimétrique de valeur totale de l'acide aminé dans les feuilles de thé concassées
- Analyse de valeur de l'acide aminé dans le thé infusé pendant 2 minutes avec 3 grammes de thé et 140ml d'eau bouillante

D'où vient la différence ?

Si la différence apparaît non pas sur les feuilles mais dans le thé infusé, elle est due au procédé de fabrication. Pour le thé japonais, les feuilles sont malaxées longuement après la cuisson à la vapeur. Ce malaxage cause des micro-éraflures sur les cellules des feuilles, ce qui facilitera l'extraction des composants comme l'acide aminé. Tandis que les feuilles de thé vert chinois sont seulement légèrement malaxées après torréfaction.

Variété de thé vert japonais

1. Sencha

Les jeunes pousses de thé pour le *sencha* sont cultivées sous le soleil. Une fois cueillies, ces pousses sont immédiatement cuites à l'étuvée et passent ensuite par plusieurs phases de malaxage pour sécher les feuilles. Ce thé a une saveur légèrement astringente ainsi qu'un parfum rafraîchissant. La saveur et le parfum du *sencha* varient en fonction du climat et de la géographie de chaque région ainsi que du procédé de fabrication. Nous vous invitons à goûter les nombreuses variétés de *sencha* pour trouver celle qui vous correspond le mieux.



2. Gyokuro

Dès l'apparition des bourgeons, les arbres sont recouverts pendant 20 jours pour limiter l'effet de la photosynthèse. Cela a pour effet de produire des feuilles riches en théanine, en acides aminés responsables de l'*umami*, et peu astringentes. C'est un thé de luxe du fait de son mode de culture complexe.

3. Matcha

Issu de cultures recouvertes comme le thé *Gyokuro*, les jeunes pousses utilisées pour le *Matcha* sont cuites à l'étuvée puis séchées. Contrairement au *Gyokuro*, elles ne sont pas malaxées mais réduites en poudre à l'aide d'une meule en pierre. Puisque le *Matcha* se prépare en le diluant dans l'eau chaude, on peut ainsi bénéficier de tous les composants contenus dans le thé. Le *Matcha*, d'une couleur verte très vive, s'adapte également à de nombreux usages dans la pâtisserie et la cuisine.

On peut trouver d'autres variétés de thé japonais, tel que « *Bancha* », issu de récoltes tardives, qui donne une saveur fraîche, ou « *Hôji cha* » ou encore « *Genmai cha* » qui sont pauvres en théine mais très parfumées.

Quelles températures de l'eau pour le thé ?

Pour obtenir la saveur optimale d'un thé, il faut l'infuser avec une eau à la bonne température qui s'adapte au caractère de chaque thé.

Par exemple, la température doit être entre 70 et 85°C pour le *Sencha*, et entre 50 et 60°C pour le *Gyokuro*. Si vous n'êtes pas en mesure de mesurer d'avoir une température exacte, vous pouvez utiliser de l'eau bouillante en la versant dans une tasse, ce qui permet de baisser la température de 5 à 10°C. Par exemple, pour obtenir de l'eau à 80°C, vous pouvez verser 2 ou 3 fois l'eau chaude dans une tasse avant de la mettre dans une théière.

Mode de conservation

Pour la bonne conservation du thé, il faut le stocker à l'abri de l'humidité, de la lumière, de la chaleur et des fortes odeurs. Voici quelques précautions pour savourer le thé.

- Une fois l'emballage ouvert, le thé doit être consommé rapidement.
- Après l'ouverture de l'emballage, le thé doit être conservé dans un récipient hermétique et opaque.
- Le thé se conserve dans un endroit frais et sombre.
- En cas de conservation dans le réfrigérateur, prenez des précautions pour ne pas laisser le thé absorber les odeurs des autres aliments.

