





7. Zieloną i czarną herbatę możecie również stosować jako domowy środek przeciwpróchniczny! Mają one bowiem właściwości antybakteryjne, a do tego hamują powstawanie płytki nazębnej i zapobiegają próchnicy.

2. Kiedyś herbata była bardzo droga, dlatego przechowywano ją pod kluczem i zaparzano tylko na specjalne okazje. Obecnie za najdroższą herbatę na świecie uważa się Da Hong Pao, której cena potrafi sięgać nawet 25 000 dolarów za 20 gramów.



5. *Herbata to napój, po który powinny chętnie sięgać osoby zmagające się z nadmiarem kilogramów. Nie tylko nie zawiera ona żadnych kalorii (oczywiście w wersji najczystszej, bez mleka, miodu czy cukru), ale również tłumi apetyt i wspomaga odchudzanie.*

Magdalena Wojcieszek

Małgorzata Płatek