

Czy wiesz że...

Cynamon to jedna z najstarszych przypraw. Istnieje o nim wzmianka już w księgach Starego Testamentu. Był on wykorzystany do celów leczniczych od najdawniejszych czasów. W tradycyjnej medycynie chińskiej stosowano go w celu zwalczania przeziębień i problemów trawiennych.



Nowości

China Green Palace Needle - Ciekawa propozycja dla miłośników zielonych klasycznych herbat. Długie połyskujące listki po zaparzeniu dają napar o świeżym smaku i orzeźwiającej nucie.



Sorbet Żurawinowy - Listki zielonej herbaty zostały wzbogacone kandyzowaną żurawiną kanadyjską, listkami jeżyn i płatkami ostu.



China Yellow Sun - Jest to tradycyjna herbata typu pouchong. Piękne duże listki zachwycają różnorodną gamą odcieni od złoto-brązowych po zielone. Napar koloru morelowego urzeka subtelnym smakiem z nutą papai i lekko ostrym akcentem.



Ceylon Earl Grey Five o'clock - Cejlońska herbata, płatki bławatka, kwiat jaśminu, trawa cytrynowa, skórka pomarańczy, aromat bergamoty.



China Ning Hong Jing Hao - Przez chińskich ekspertów uważana za "królową herbat". Najwyższej klasy Keemun Congou. Liście tej herbaty są starannie, regularnie uformowane, ściśnięte i cienkie. Posiada w sobie niezwykle rozbudowany bukiet aromatyczny.



Po posiłku - Obecność kopru włoskiego, anyżu i lukrecji wpływa na usprawnienie trawienia. Wzbogacenie w skórki pomarańczy, goździki i owoce jałowca podnosi walory smakowe. Subtelna nuta cynamonu nadaje kompozycji przyjemnego aromatu, wzmocnionego przez ziarenka pieprzu.



Pu Erh Tangela - Tangela to odmiana mandarynek, powstała ze skrzyżowania mandarynki i grapefruta.



Rooibos Gruszka - Rooibos, kwiat malwy, kawałki migdałów, krokant, płatki ostu, aromat gruszkowy.



Nowe kawy

EKWADOR LOJA SUNDRIED
Ta doskonała kawa pochodzi z regionu Loja leżącego na pld. wzgórzach Ekwadoru. Perfekcyjna kawa ma okrągłe w kształcie ziarna o leciutko kwaskowym posmaku i czekoladowej nucie.



BRAZYLIA CARMO
Pochodzi z górskiego regionu Mantiqueira, usytuowanego w pld. części Minas w Brazylii. Ta wyjątkowa kawa o aromatycznym i delikatnym smaku zawiera szczyptę owocowej kwaskowości i słodycz czekolady.



Zimowy czas w Five o'clock witamy propozycjami herbat o właściwościach rozgrzewających i wzmacniających. Specjalnie skomponowane dodatki na bazie herbat czarnych i zielonych pozwolą łagodnie odnaleźć się w czasie chłodnych poranków czy w szybko zapadającym mroku, wieczorową porą.

Proponujemy przygodę z herbatami, które od lat cieszą się niegasnącym powodzeniem w tym czasie, takimi jak Malinowa, Jabłko & Cynamon czy Grzane Wino. Przygotowaliśmy także serię nowości.

W tym numerze biuletynu zapraszamy do lektury miłośników białych herbat. Znajdą tu fakty z historii, opis właściwości zdrowotnych oraz przykłady herbat. Przypominamy też zasady prawidłowego parzenia.

Opisujemy najnowsze kawy z Hawajów, przykładowe kawy aromatyzowane oraz dodatki smakowe, które wzbogacą napar.

Dla pragnących urozmaicenia polecamy przepis na rozgrzewającą kawę oraz gustowne akcesoria, z których degustacja małej czarnej dostarczy prawdziwej przyjemności.

To już tradycja w Five o'clock. Grudniowa Noc, Pierwsza Gwiazdka, Choinkowa Słodycz i Wigilijny Wieczór to herbaty, które jak co roku goszczą w Państwa domach w okresie przedświątecznych przygotowań oraz w trakcie uroczystych spotkań przy rodzinnym stole.

Z herbacianymi pozdrowieniami
Zespół Five o'clock

SŁODKI PREZENT

Konfitury maliny z likierem i skórki pomarańczową, maliny z koniakiem - już same nazwy brzmią bajecznie, niczym wspomnienie ciepłego letniego dnia. Do tego zielona puszka i 50 gramów czarnej klasycznej herbaty **Darjeeling Namring Musk** - oto zestaw prezentowy, który zachwyci każdego. Panie docenią delikatny smak indyjskiej herbaty, którą ożywią owocowe konfitury. Panowie rozsmakują się w owocowych kompozycjach z delikatnym dodatkiem alkoholu.

Cena zestawu 39,50 zł.



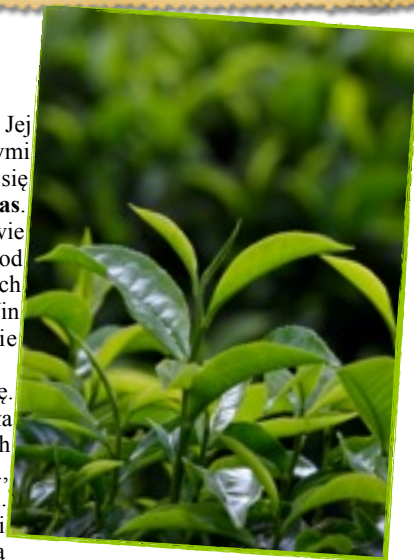
Herbaty inne niż wszystkie

Laponia



Historię białej herbaty można powiązać z historią herbaty w Chinach. Jej ojczyzna jest górzysta prowincja Fujian. Początkowo niezwyklejmi właściwościami i subtelnym aromatem białych herbat mogli cieszyć się jedynie cesarzowie. Już wtedy uznawano ten napój za **luksusowy rarytas**. Produkcję na większą skalę zaczęto dopiero w XVIII wieku, w połowie panowania dynastii Qing. Nazwa, wbrew pozorom, nie pochodzi od delikatnego, słomkowego naparu, a od liści herbacianych pokrytych białosrebrnym mieszkciem. Najślynniejszą białą herbatą jest Bai Hao Yin Zhen. W pierwszych promieniach słońca zbierane są ręcznie nierozwinięte pączki liści, stąd też nazwa herbaty Srebrna Igła.

Herbata **Pai Mu Tan** to biała herbata produkowana na większą skalę.



Zawiera młode, szczytowe listki z pączkami tzw. flesze. Wyglądem przypominają kwiat peonii, stąd nazwa Biała Piwonia. Nowoczesne wersje białych herbat wzięły początek w latach sześćdziesiątych XX wieku. W różnych proporcjach łączy się listki i pączki, wzbogaca je w liczne dodatki jak płatki kwiatów, cząstki owoców itp., uzyskując napary w różnych tonacjach smakowych. Proces produkcji białej herbaty oparty jest na starej tradycji. Zaczyna się wiosną, kiedy na plantacjach herbacianych zbierane są pączki liści. W przypadku najwyższej jakości herbat muszą być przestrzegane określone zasady: zbiory muszą być zakończone przed 15 marca, pąki są zrywane tylko o poranku, po bezdeszczowej nocy, kiedy nie osadza się już na nich rosa. Powszechnie uważa się, że biała herbata jest rodzajem zielonej. Nie jest to prawda. Ich techniki produkcji są zupełnie inne. Białe herbaty są suszone tak, aby zachowały kształt pąków. Sam proces trwa dłużej i nie jest przyśpieszany mechanicznie, jak to bywa w przypadku herbat zielonych. Dzięki temu biała herbata jest lekka i puszysta, a jej smak jest łagodniejszy i bardziej subtelny. W aromacie białej herbaty można wyczuć posmak miodu, kasztanu czy moreli.



Pai Mu Tan



Grenadina



Martynika



Margharita

Proces produkcji, który tylko w minimalnym stopniu wpływa na strukturę liści sprawia, że **białe herbaty posiadają wiele witamin i mikroelementów**, ale przede wszystkim są **skarbnicą przeciwutleniaczy**, a tym samym strażnikami młodości i zdrowia. Typową białą herbatą, jaką można znaleźć w sklepach Five o'clock jest **White Pai Mu Tan** ze srebrnymi pączkami, które po zaparzeniu nabierają bardziej wyrazistej seledynowej barwy. Napar, dobrze zaparzonej Pai Mu Tan powinien być klarowny, słomkowobursztynowy. Listki należy zalać wodą zagotowaną i przestudzoną do temperatury około

85 stopni C. **W zależności od czasu parzenia herbata może uzyskać delikatniejszy albo bardziej wyrazisty smak.**

Pai Mu Tan Exotic



Optymalny czas parzenia to 7 minut, jednak sugeruje się, aby każdy dobrał sobie indywidualnie jego długość. Chwila w filiżanką naparu Pai Mu Tan **jest doskonałym sposobem na wytchnienie w ciągu pracowitego dnia. Może stanowić też ukoronowanie posiłku.** Dla zaczynających swoją przygodę z białymi herbatami, Five o'clock stworzył kompozycje białych herbat z zielonymi i różnymi dodatkami smakowymi. **Grenadina** łączy w sobie świeżość owoców granatu i żurawiny z subtelnością płatków róży. Polecamy ją przede wszystkim paniom chcącym zachować młodość i nieskazitelną figurę. Nutkę egzotyki można odnaleźć w kompozycji

Jasmine Yin Zhen White



Margharita. Duet słodczy i orzeźwienia sprawia, że jest ona wyśmienitą propozycją na chwilę relaksu.

Świeżość i wyrazistość to atuty herbaty o nazwie **Martynika**. Dla smakoszy jaśminowych nut polecamy najwyższej klasy białą herbatę z dodatkiem jaśminu - **China Jasmine Yin Zhen**, która jest uznawana za najbardziej kosztowną herbatę i jest produkowana w bardzo małych ilościach. Wszystkie białe herbaty mogą być parzone kilkakrotnie. Aby cieszyć się niezwyklejmi aromatem i delikatnym smakiem białych herbat należy parzyć je tylko w dużych zaparzacach, w których listki mogą się swobodnie rozwinać. Ten eliksir młodości, za jakie powszechnie uważa się białe herbaty, powinien być przygotowywany w dzbankach. Degustacja z porcelanowej filiżanki to prawdziwa przyjemność dla ciała i uczta dla ducha.

Parzenie herbat białych



Świeżo zagotowaną wodę wlewamy do dzbanka
(dzbanek z podgrzewaczem Wild Berry 175 zł/szt, filiżanka ze spodkiem 48 zł/szt)



Studzimy wodę przez ok. 2 min. do temp. 85 stopni C



Listki zalewamy przestudzoną wodą



Czas parzenia do 7 min. (herbata Jasmine Yin Zhen White), pozostałe 2- 3min.



Napar gotowy do degustacji

Listopadowe popołudnie, jedno z ostatnich przetykanych słońcem i wyłożonych liśćmi, spędziłam w towarzystwie herbacianego miłośnika. Rozmawialiśmy o herbatkach, jesieni i muzyce. Nastroj, w którym zaczynałam wywiad był raczej melancholijny i szybko przekonałyśmy się, że motywem przewodnim naszej rozmowy była piosenka Andrzeja Zauchy pod tytułem: "Dzień Dobry, Mr. Blues". Na szczęście filiżanka dobrej herbaty może wiele zmienić... O tym jak wygląda pora zimowa z herbatami mówi Joanna Roman - kierownik sklepu Five o'clock w Centrum Handlowym M1 Kraków.



MB: Dzień dobry, witam Panią. Czy w czasie chłódów i mglistych ranków nie wpada Pani w melancholię?

JR: W sklepach Five o'clock raczej trudno spotkać tę "najsmutniejszą z wszystkich dam". Filiżanka herbaty pomaga przetrwać nawet najbardziej nieprzyjemne zimowe dni. Każdy ma swoją ulubioną herbatę. Zimą najlepszą propozycją dla mnie są zielone herbaty (**Sencha Imbir z Cytryną, Gunpowder Pomarańcze z Cynamonem**). Jak wszystkie zielone herbaty można je parzyć kilkakrotnie. Kiedy jednak dopada mnie smutek najlepiej sprawdza się Rooibos (**Rooibos z Gruszką, Rooibos Żurawina**). To rodzaj afrykańskiego czerwonokrzewu, którego lekko słodki posmak z dodatkiem owoców kojarzy mi się z leniwym, letnim popołudniem, a takie wspomnienie

poprawia humor, nawet w deszczowy dzień. Poza tym **rooibosy posiadają wiele właściwości antybakteryjnych i przeciwwirusowych, dlatego pijąc je, jestem pewna, że nie dopadnie mnie grypa.**

MB: Tak duża różnorodność herbat rzeczywiście pozwala zapomnieć o nieprzyjemnej slocie. Wczesne wieczory i brak słonecznych dni mogą jednak dać się we znaki. Co Pani poleca na przedłużające się godziny popołudniowe?

JR: W jesienne popołudnia najlepsze są spotkania z przyjaciółmi, w moim przypadku, oczywiście przy filiżance wyśmienitej herbaty z Five o'clock!

MB: Czy Pani znajomi łatwo dają się namówić na tak urozmaicone kompozycje herbaciane?

JR: Moi Pani przyjaciele uwielbiają **chińską herbatę z dodatkiem czarnych winogron**, której aromat jest zupełnie wyjątkowy i intensywny; po zaparzeniu dzbanuszka pachnie całe mieszkanie. Wśród moich przyjaciół królują oczywiście chińskie herbaty **pu-erh**, (**Pu erh Rozgrzewające Maliny, Pu erh Mango Papaya**). Poza tym jestem znana w kręgu moich przyjaciół jako orędowniczka herbat zielonych i białych! W tym sezonie polecam **Grenadinę**. Kompozycję białej i zielonej herbaty z dodatkiem płatków róż i owocu granatu, którą są zachwycone przede wszystkim moje przyjaciółki. Panowie wolą coś klasycznego: zdecydowany smak **Gu Zhang Mao Jian**, albo łagodniejszą, **China Sweet Osmantus**.

MB: Dziękuję za rozmowę i filiżankę wyjątkowej herbaty.

Rozgrzej się w zimowe dni!

Chili Chai Ciekawa propozycja dla miłośników korzennych herbat. Listki czarnej chińskiej herbaty zostały wzbogacone ziarenkami czerwonego i czarnego pieprzu, kardamonem i imbir. Cząstki papryczki chili nadają wyrazistości i lekkiej pikanterii. Całość smaku wzmocniona została pachnącymi goździkami.

Grzane Wino Czarna chińska herbata nawiązująca smakiem do grzańca galicyjskiego. Połączenie owoców jeżyny, cynamonu i maliny z cząstkami jabłek, pomarańczy i kandyzowaną żurawiną stanowi o atrakcyjności tej kompozycji. Dodatek skórki pomarańczy, goździków z nutą cynamonu podkreśla smak herbaty.

Malinowa Wyśmienita czarna herbata z Chin wzbogacona owocami aromatycznej maliny i słodkiej truskawki. Dodatek hibiskusa i płatków bławatka dopełnia kompozycji. Polecana na chłodne dni, dobrze komponuje się ze słodkim podwieczorkiem.

Cynamonowy Piernik Herbata cejlońska w połączeniu ze słodkim aromatem piernika i cynamonu, wzbogacona płatkami róży. Polecana dla miłośników słodkich deserowych i korzennych herbat. Degustacja z korzennym piernikiem sprawia wiele przyjemności.

Czekoladowy Mus Połączenie aromatycznej herbaty cejlońskiej z kawałkami czekolady i wiórkami kokosa. Aromatyczna, pełna finezji.

Jabłko Cynamon Duet soczystego jabłka i słodkiego cynamonu na tle listków czarnej herbaty z Chin to wyśmienita propozycja do słodkiego podwieczorku popołudniową porą.

Pieczone Jabłka Czarna chińska herbata wzbogacona cząstkami pieczonego jabłka. Niezwykły aromat tej kompozycji poprawi nastrój i doda sił witalnych.

Himalajski Chai To łagodniejsza wersja Masala Chai. Kompozycja stworzona na bazie czarnej chińskiej herbaty z dodatkiem kardamonu, cynamonu, czarnego pieprzu, imbiru i żeńszenia.

Arabia Herbata niezwykła. Nuta wanilii, czekolady, skórka pomarańczy, goździki i odrobina anyżu nadają jej słodkiego charakteru. Dobrze smakuje z odrobiną cukru trzcinowego.

Sencha Sweet Chai Kompozycja zielonej herbaty wzbogacona o imbir, kardamon i cząstki papryczki chili. Udział anyżu i cynamonu sprawia, że herbata wyróżnia się pełnym bukietem aromatycznym. Polecana dla zwolenników nietuzinkowych wrażeń.

Gunpowder Pomarańcze z Cynamonem Propozycja dla miłośników zielonych herbat chińskich typu gunpowder. Idealne połączenie skórki pomarańczy z nutą cynamonu, wzbogacone płatkami słonecznika, ostu oraz malwy.

Sencha Śliwka & Żeńszeń Chińska Sencha z dodatkiem kawałków korzenia żeńszenia o śliwkowo-żeńszeniowym aromacie. Wspaniale pokrzepia, rozgrzewa i dodaje energii.

Gunpowder Malina z Porzeczką Herbata gunpowder wzbogacona płatkami bławatka, ostu, cząstkami maliny oraz owocami czerwonej porzeczki. Wspaniały owocowy aromat z lekkim kwiatowym akcentem to atuty tej kompozycji.

Sencha Imbir & Cytryna Interesująca kompozycja łącząca zdrowotną moc korzenia imbiru, orzeźwienie zielonej herbaty i posmak cytrusów. Świetnie smakuje z dodatkiem plasterka cytryny bądź pomarańczy.



Gunpowder Pomarańcza z Cynamonem



Cynamonowy Piernik



Malinowa



Czekoladowy Mus

Niebo przykryte jest szarą pierzyną chmur. Czasami, jak w lustrzanym odbiciu podobna pierzyna przykrywa drzewa, domy i wszystko wokół, a wtedy świat przypomina baśnie Andersena. W mroźne dni świetnym uzupełnieniem piękna zimowych widoków będzie filiżanka aromatycznej kawy z dodatkiem korzennych przypraw, która rozgrzeje organizm po spacerze lub bitwie na śnieżki. Zdarzają się również dni, kiedy szarzyzna nieba nie równoważy biel śniegu, kiedy jest deszczowo, zimno i każdy marzy o ciepłym kocu i ogniu radośnie skaczącym w kominku. Niestety nie zawsze można pozwolić sobie na taką przyjemną przerwę w obowiązkach, dlatego warto pomyśleć o kubku pełnym świeżo zmielonej kawy, która może poprawić nastroj i przywrócić energię zagubioną wśród zimowej słoty. Należy pamiętać, że dobra kawa jest nie tylko napojem stawiającym na nogi, ale również przysmakiem, smakołykiem, który można podawać na wiele sposobów i wzbogacać różnymi dodatkami, jak na przykład: mlekiem, śmietanką, cukrem trzcinowym czy aromatyzowanymi syropami.

Hawaje zimą- kawa Hawaii Kona

W środku zimowej pory, pomiędzy deszczami, śniegiem i mrozem warto czasem przypomnieć sobie o dalekich i ciepłych krainach- filiżanka kawy Hawaii Kona ułatwi i uprzyjemni taką podróż. Hawajskie wybrzeże Kona słynie bowiem ze swojej wyjątkowej, aromatycznej kawy. Idealne warunki, doskonała temperatura, żyzna gleba powstała na wulkanicznych stokach Mauna Loa, Hualalai i Mauna Kea oraz odpowiednia ilość opadów decydują o tym, że **Hawaii Kona** jest jedną z najlepszych kaw na świecie. Wyróżnia ją zdecydowany aromat owocokorzenny, średnia moc i lekko kwaskowy smak. Dobrze zaparzona Kona powinna mieć lekko słodki i orzechowy aromat. Filiżanka tej kawy jest propozycją nie tylko dla smakoszy, ale również dla tych spośród naszych klientów, którzy cenia sobie klasykę z odrobiną ekstrawagancji.

Kawa Hawaii Kona



Podaje kawę...z elegancją

Nawet najlepsza kawa nie będzie smakować odpowiednio, jeśli nie zostanie podana w eleganckiej filiżance czy stylowym kubku. Dla miłośników egzotycznych podróży degustacja kawy z kubka Java Brazil to prawdziwa przyjemność dla oka i uczta dla podniebienia. **Ceramiczny zestaw Bashira ręcznie malowany** odcieniami w tonacji kawy: kremowym, czekoladowym i brązowym to kolejna nasza propozycja. W skład zestawu wchodzi **filiżanki ze spodeczkami espresso, kubki i dzbanek o pojemności 1,9 litra**. Porcelanowy kubek

Zestaw Bashira



Coffee ze złotym nadrukiem polecamy w wszystkim cenianym wygodę i elegancję. Pamiętając o tym, że kawa jest produktem, który powinien być przechowywany w szczelnym pojemniku, proponujemy puszki Glory Coffee o pojemności 125 gramów.

Słodkości do kawy

Filiżanka **Espresso Don Vito** z łyżeczką cukru trzcinowego jest zestawem obowiązkowym, by z energią powitać dzień. Do popołudniowej, nieco delikatniejszej **Cuby Turquino** można dodać syrop w zależności od upodobań: z nutą wanilii, orzecha, cynamonu, irish cream albo migdałów. W zimowe dni przyjemnie będzie wypić kawę i zjeść **wafle z rozgrzewającym imbirem** albo poprawiające humor **duńskie ciastka z cynamonem**. Przebojem każdego spotkania towarzyskiego będzie z pewnością kawa **Turecki Miód** z dodatkiem miodu kwiatowego albo bardziej klasyczna kawa **Czekoladowa** podana z migdałami w miodzie waniliowym. Ciekawym dodatkiem do prezentu może być pałeczka kandyzowana, kandyz ciemny albo waniliowy w kostkach, dzięki którym każda kawa zyska słodycz i podkreśli wyrazistość. Osobom znudzonym tradycyjnym smakiem kawy proponujemy **korzenną przyprawę yogi**, czyli połączenie kardamonu, cynamonu i pieprzu, która nie tylko rozgrzewa, ale również wzmacnia organizm na czas jesiennych deszczów i zimowych zamieci.

Słodkości z Five o'clock



Kawy aromatyzowane

Kawa czekoladowa



Zimowe mroźne ranki z pewnością ożywi filiżanka aromatycznej **kawy z czekoladą**. Dodająca energii kofeina została w tej kompozycji połączona ze słodkim aromatem czekolady, która wyzwała endorfiny odpowiedzialne za dobry nastrój na samym początku dnia. Dla wielbicieli słodkości sklepy Five o'clock mogą zaproponować kawę **Turecki Miód** o delikatnym aromacie pierników z miodem. Od wielu lat ta kompozycja jest najczęściej wybierana przez naszych klientów. **Kawa orzechowa** jest propozycją bardziej wyrazista i zdecydowaną, doskonałą na spotkanie towarzyskie w gronie przyjaciół; świetnie smakuje z odrobiną mleka i cukru trzcinowego. Zimowe chłody uśmierzy rozgrzewająca **Irish Cream**, doskonała z syropem Irish Cream używanym zamiast cukru. A jeśli ktoś tęskni za owocami, świetnym rozwiązaniem będzie filiżanka kawy o aromacie **Wiśni z Rumem**, której wyjątkowy zapach można podkreślić kandyzem wiśniowym. Podstawą każdej naszej kawy aromatyzowanej są ziarna arabiki.

Rozgrzewająca kawa zimowa z Five o'clock (1 kubek)

230 ml wody
2 łyżeczki kawy Brazylia Carmo
1 czubata łyżeczka przyprawy Yogi (dostępna w sklepie Five o'clock)
mleko do smaku
kleks bitej śmietany

Wodę wlewamy do garnka i doprowadzamy do wrzenia. Dodajemy kolejno kawę i przyprawę Yogi. Gotujemy mieszankę 2 min. następnie przelewamy napar przez sitko do ulubionego kubka. Według uznania dolewamy mleko. Dekorujemy całość kleksem bitej śmietany.