



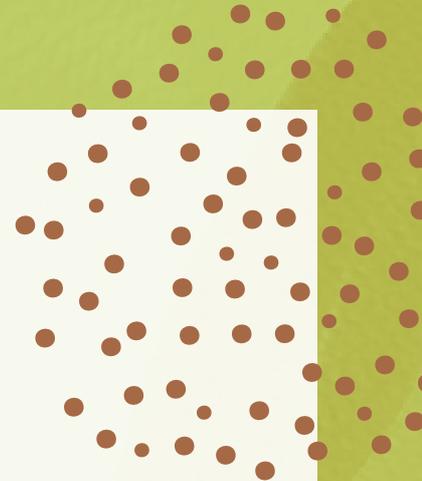
¿Se pueden mezclar dos infusiones?

Se puede y algunas de las combinaciones son espectaculares, no solo en cuanto a su sabor, sino también en lo que a sus propiedades se refiere

Hoy vamos a responder a esta duda que nos hacen en muchas ocasiones



Aromas de Té
TU TIENDA DE TÉS ONLINE



Seguro que a ti también te ha pasado: pruebas un té, lo disfrutas y al siguiente pedido, añades una nueva infusión. Te gustan tanto las dos, que ya no sabes por cuál decidirte.

Entonces, piensas que la mezcla de ambas hierbas puede estar bien y pruebas con una taza y el resultado te gusta tanto que disfrutas de esa combinación a diario, no solo por su sabor, sino también por sus propiedades.

Eso es lo que ocurre cuando se mezclan diferentes tipos de hierbas. Por eso, cuando nos preguntan si se pueden mezclar dos infusiones, siempre respondemos que, por supuesto, incluso alguna más. Nosotros mismos hacemos.



¿Pierden propiedades?

Siempre se dice que los blends, es decir, las mezclas de diferentes hierbas, no son buenas porque las propiedades de las infusiones al mezclarse, se pierden.

Sin embargo, en Aromas de Té tenemos más que comprobado que no es así. Al contrario, pueden resultar incluso mejores para reducir ciertos problemas comunes de salud, pero sí que es importante saber qué infusiones o tipos de hierbas vas a combinar, de manera que no pierdan las propiedades al hacerlo.





Propiedades

Si no sabes qué infusiones se pueden mezclar, toma nota de las diferentes variedades de té de las que te vamos a hablar a continuación, de manera que puedas disfrutar de los mejores blends.

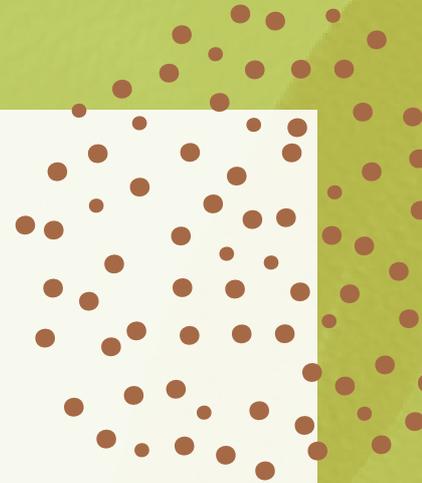


Té negro

- Té verde: para darle un toque más refrescante y hacer de esta infusión una más diurética.
- Menta: con el mismo objetivo que la anterior, además, también ayuda a mejorar las digestiones, reduce la halitosis y, sobre todo, contiene menos teína que la combinación anterior.
- Especias: como el cardamomo, el jengibre, la cúrcuma, el clavo, la pimienta negra o la canela, que son las especias con las que se elabora el famoso Té chai.
- Otros productos: sobre todo, frutas ácidas como el limón, los frutos rojos, la naranja o la manzana. También casa muy bien con frutos secos o con regaliz. Todas estas infusiones convierten al té negro en más digestivo, antioxidantes y, sobre todo, suaviza el sabor fuerte que no es del agrado de todo el mundo.



Té verde

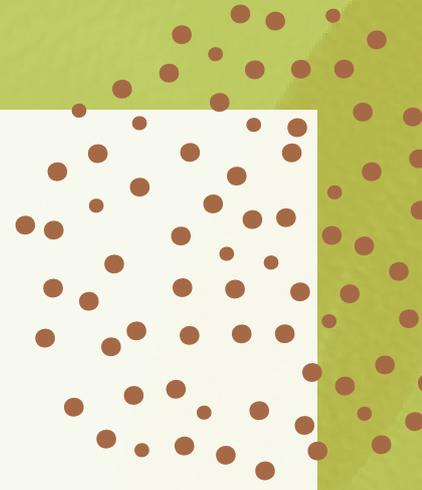


El té verde, que es mucho más suave que el té negro, se puede combinar a la perfección con:

- Té blanco: que, además de suavizar todavía más el sabor del té verde, lo hace más diurético y antioxidante. Perfecto para cuidar la piel.
- Té rojo: para hacer un efecto detox después de las comidas y ayudarte a quemar grasas, además de resultar muy depurativo.
- Jazmin: esta planta le aporta un aroma sumamente agradable, que también penetra en el paladar. No es para todos los gustos, pero si te gusta esta hierba, te ayudará a relajarte a media tarde o media mañana, sin llegar a dormirte, como pueden hacer otras infusiones como la tila.



Té rojo



A nosotros nos encanta la combinación de té rojo con jengibre, porque es perfecto para tomar a cualquier hora del día, salvo a partir de las 5 o las 6 de la tarde, si la teína afecta al sueño. Es perfecta porque:

- Reduce el sabor algo áspero del té rojo
- Aporta energía natural
- El efecto quemagrasas es mayor
- Ayuda más a cuidar del corazón
- Mejora todavía más las digestiones y todo lo relacionado con el sistema digestivo





Además, también combina genial en cuanto a sabor con:

- Frutos rojos
- Canela, chocolate y vainilla
- Frutos secos



Ventajas

Las ventajas de mezclar diferentes tipos de infusiones varían en función de los diferentes tipos de blends, como has podido comprobar.

Por eso, es importante saber combinar con las mejores hierbas y, para eso, nada como contar con expertos en la materia, como las personas que te atendemos en Aromas de Té, que te contamos cuáles son los beneficios, propiedades y efectos de cada uno de ellos.

Tú solo cuéntanos qué necesitas. Por ejemplo, puedes decirnos que necesitas una mezcla de tipos de tés que te ayuden con la eliminación de líquidos y nosotros te daremos lo que te aporten ese y otros múltiples beneficios, ya que se consideran remedios naturales.

También te podemos ayudar si lo que necesitas son combinaciones, pero tienes miedo de que tengan teína en altas cantidades. Esta es una consulta bastante habitual.



CONCLUSIÓN

Como ves, es posible consumir blends, sin reducir las propiedades de los tés puros. Pero para tomar varios tipos de te y que el consumo de teína sea moderado, siempre es mejor o mezclar diferentes tipos que no sean de la misma infusión, incluso que no sean de la misma planta (por ejemplo, té verde y regaliz).

También puedes mezclar varios tipos de té con teína, pero tomarlo solo por la mañana y dejarlo poco tiempo, de manera que el grado de teína no sea tan elevado como si lo dejas el tiempo recomendado para el té que más contenga.

