



# Viaggio India 2026 alla scoperta di alimenti locali.

***Van de Nes Pierpaolo G.M.***

*Agronomo/Agrotecnico*

# Pianta del tè (*Camellia sinensis*)

Appartiene alla famiglia delle **Theaceae** ed è una specie arbustiva sempreverde. Dal punto di vista agronomico e qualitativo, le principali varietà coltivate sono *Camellia sinensis* var. **sinensis**, caratterizzata da foglie piccole e maggiore resistenza al freddo, e *Camellia sinensis* var. **assamica**, con foglie più grandi e maggiore adattamento ai climi tropicali umidi.





# Parti vegetali utilizzate

Coltivata principalmente per l'utilizzo delle giovani foglie e dei germogli apicali, destinati alla produzione delle diverse tipologie di tè.

# Metodo di coltivazione

In condizioni naturali, *Camellia sinensis* può raggiungere un'altezza compresa tra i 5 e i 15 m; tuttavia, nelle coltivazioni viene mantenuta mediante potature a un'altezza variabile tra 0,8 e 1,5 m, al fine di facilitare le operazioni di raccolta e favorire l'emissione di nuovi germogli. Il portamento è cespuglioso, con rami numerosi e ben ramificati.





HIGH HILL TEA GARDEN

PLEASE DO NOT  
PLUCK THE TEA LEAVES







# Fasi produzione del tè

La produzione del tè comprende una serie di operazioni successive che trasformano le giovani foglie di *Camellia sinensis* in un prodotto secco stabile, destinato al consumo. Le diverse tipologie di tè (verde, nero, oolong, bianco, giallo) derivano principalmente dalle modalità di lavorazione e dal grado di ossidazione enzimatica delle foglie.



La raccolta rappresenta una fase cruciale per la qualità del prodotto finale. Viene effettuata manualmente o meccanicamente e riguarda generalmente il germoglio apicale con le prime due foglie, che presentano la più elevata concentrazione di composti fenolici, aminoacidi e caffeina. La frequenza di raccolta varia da 7 a 15 giorni in funzione delle condizioni climatiche e della vigoria della pianta.

# Appassimento

Fase preliminare fondamentale, durante la quale le foglie perdono **il 30–70% del contenuto idrico**. Gli obiettivi principali riguardano:

- Riduzione della turgidità fogliare
- Attivazione degli enzimi ossidativi
- Aumento della flessibilità delle foglie per la rullatura

Può avvenire:

- In modo naturale (aria ambiente)
- In modo controllato (aria forzata, temperatura e umidità regolate)





## Rullatura/Frammentazione

Le foglie vengono sottoposte a **stress meccanico** mediante rulli.

Funzioni principali:

- Rottura delle pareti cellulari
- Fuoriuscita dei succhi cellulari
- Contatto tra polifenoli e polifenolossidasi

Questa fase è cruciale per l'avvio dell'ossidazione enzimatica



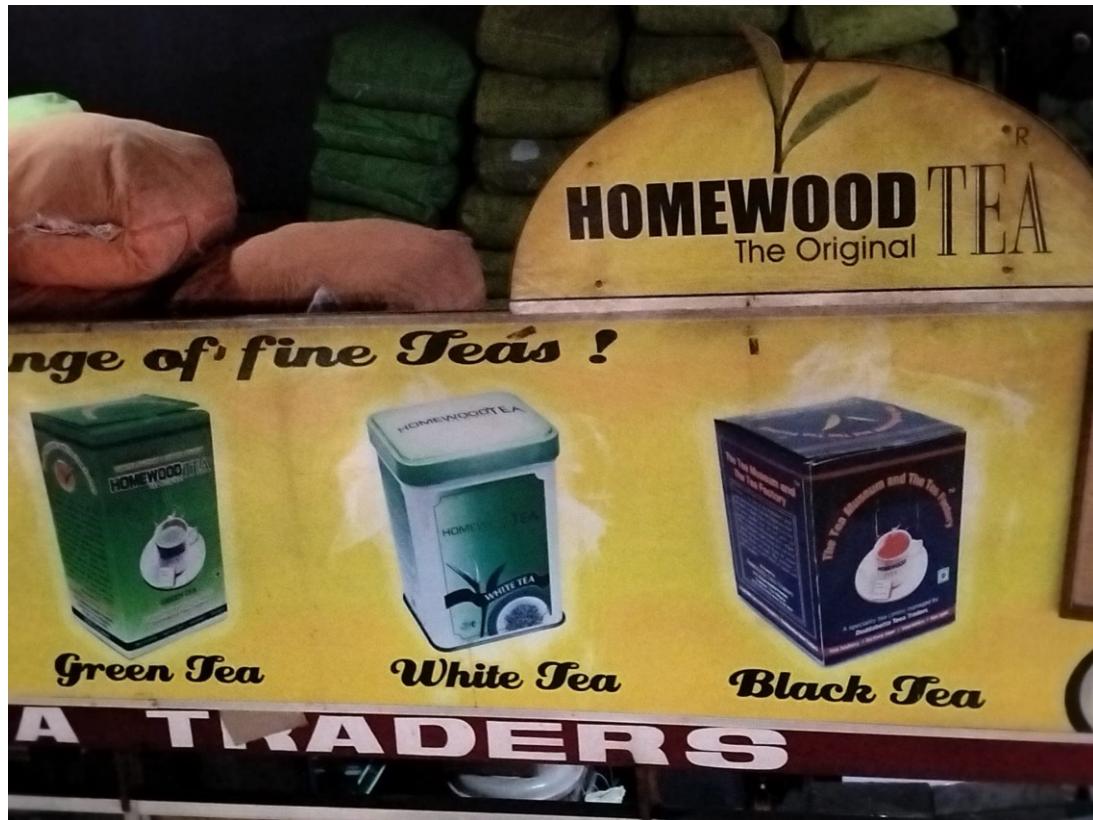




# Essiccazione



# Prodotti finali



## **Caratteristiche Nutrizionali:**

Il tè è ricco di sostanze che lo rendono una bevanda a basso contenuto calorico ma ad alto valore funzionale:

- Polifenoli e Catechine
- Antiossidanti naturali
- Teina (Caffeina)
- Minerali e composti bioattivi

## **Benefici:**

- Supportare il metabolismo
- Favorire la concentrazione e la vigilanza
- Contrastare lo stress ossidativo
- Sostenere il benessere cardiovascolare
- Migliorare la digestione





## Come si prende il tè in India?

In India il tè è parte integrante della vita quotidiana e dell'identità culturale.

Il più diffuso è il **Masala Chai**, preparato con:

- Tè nero

- Latte

- Spezie (cardamomo, zenzero, cannella, chiodi di garofano)

- Zucchero o miele

Viene bevuto caldo, più volte al giorno, come momento di condivisione, energia e accoglienza



**Saluti da Ooty, Tamil Nadu (India).**  
**Pierpaolo**