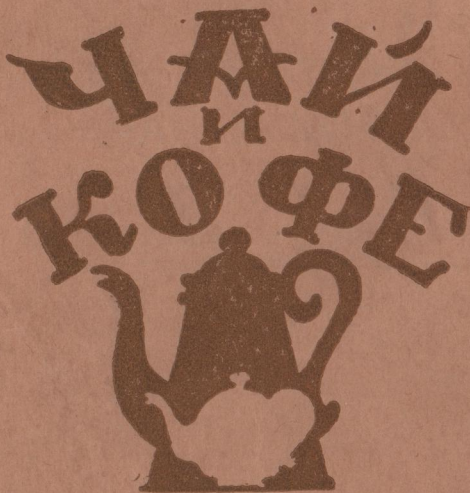


БОТАНИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ им. акад. В. Л. КОМАРОВА  
АКАДЕМИИ НАУК СССР

A-278



ИЗ КУЛЬТУРНЫХ И ДИКОРАСТУЩИХ  
РАСТЕНИЙ  
Ленобласти

ЛЕНИЗДАТ  
1942

На дом  
не выдается

БОТАНИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ ИМ. АКАД. В. Л. КОМАРОВА  
АКАДЕМИИ НАУК СССР



A4299  
24

# КАК ПРИГОТОВИТЬ ЧАЙ И КОФЕ

ИЗ КУЛЬТУРНЫХ И ДИКОРАСТУЩИХ  
РАСТЕНИЙ ЛЕНОБЛАСТИ

**ВОЗРАТИТЕ КНИГУ НЕ ПОЗЖЕ**  
обозначенного здесь срока

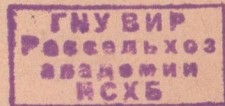

02024  
/ 02024

(Составлено по работе  
проф. И. В. Палибин:  
„Чай и кофе из куль-  
турных и дикорасту-  
щих растений“)

Под редакцией проф. А. А. Корчагина

1953

09



ЛЕНИНГРАДСКОЕ ГАЗЕТНО-ЖУРНАЛЬНОЕ И КНИЖНОЕ  
ИЗДАТЕЛЬСТВО

1942

~~РР 2133 А~~  
13

*Эта брошюра составлена по работе проф. И. В. Палибина, написанной по заданию Ботанического Института Академии Наук СССР.*

*Незначительный объем брошюры не позволяет полностью опубликовать труд проф. И. В. Палибина, поэтому в этой брошюре он дается в сокращенном виде.*

*Редакция*

Редактор *М. М. Казанский*  
Подписано к печати 2/Х-42 г. Объем  $5/8$  п. л.  
Заказ № 2133. М. 10035 тираж 3000 экз.

ЛТ.УН-1



## ПРЕДИСЛОВИЕ

В настоящей брошюре мы коснемся вопросов использования дикорастущих и некоторых культурных растений как заменителей чая и кофе.

Среди дикорастущих растений имеется много таких, которыми мы незаслуженно пренебрегали. К числу их надо отнести, например, Иван-чай, или Копорский чай, который давно в народе используется как заменитель китайского чая.

Заменители чая из дикорастущих растений до сих пор специально не изучались, поэтому их почти не было в советской торговле. Мало, например, думают о том, как восполнить недостаток чая таким доступным продуктом, как морковный чай, который по вкусу почти не отличается от китайского и только не имеет в своем химическом составе кофеина. Но каждый заменитель чая может быть улучшен добавлением к нему недо-

стающих веществ. Кроме того, эти заменители и сами по себе в высокой степени полезны как напитки.

Приведенных в этой брошюре примеров вполне достаточно, чтобы показать необходимость изучения ряда наших культурных и дикорастущих растений с целью выяснения возможности их использования как заменителей чая и кофе.

---

## КОПОРСКИЙ ЧАЙ ИЛИ ИВАН-ЧАЙ

Иван-чай или Кипрей — высокое, до 1,5 м, травянистое растение с простым или мало-разветвленным стеблем. Листья по краю с мелкими железками, реже почти цельнокрайние (иногда с крупными зубцами), сверху темнозеленые, снизу сизозеленые, с боковыми сетчатыми и срединной выдающейся желтой жилкой. Цветы малиновые. Плод — четырехстворчатая длинная коробочка, похожая на стручок.

Это растение настолько характерно, что смешать его с каким-либо другим в период цветения невозможно. Произрастает оно в Ленинградской области, а также в большей части Союза, на песчаных торфянистых почвах, в редких лесах, на лесосеках, по линиям железных дорог и т. д. Цветет в июне и июле.

Копорский чай получил свое наименование от древней русской крепости (XIII века), лежавшей в западной части теперешней Ленинградской области, при речке Копорье, на расстоянии 10 км от Финского залива.

В листьях цветущего растения содержится 98 мгр витамина С на 100 г сырой массы.

Издавна Иван-чай считается у нас заменителем китайского чая.

Для приготовления чая из листьев Иван-чая проф. И. В. Палибин применил обычный способ, употребляющийся при изготовлении настоящего китайского чая.

Полученный продукт проф. И. В. Палибин предлагает называть «Ленинградским чаем» в отличие от «копорского чая», — продукта очень низкого качества, приготовлявшегося населением примитивным и антисанитарным способом.

Чтобы изготовить копорский чай, проф. Палибин применяет следующий способ.

Листья Иван-чая, служащие сырьем для изготовления копорского чая, собирают в сухую погоду. Собранные листья, после тщательной переборки для удаления посторонних трав и



„Иван-чай“

сора, должны быть завялены, скручены, подвргнуты ферментации и высушиванию.

Завяливание листьев имеет целью удаление из них излишней влаги, — для этого их рас-

кидывают в тени тонким слоем (1—2 см) на листах бумаги или рамках с натянутой материей так, чтобы ветер продувал их в течение 2—3 часов. Хорошо провяленный материал теряет упругость, становится мягким, теряет влагу и легко гнется, если его взять в руки.

По окончании завяливания листья подвергают скручиванию. Для этой цели их крутят между ладонями рук и затем скручивают на деревянной доске. В процессе скручивания на поверхности листа выступает зеленый сок. Цель скручивания — разрушить строение клеток и дать доступ воздуху к содержимому клеток. От соприкосновения с воздухом начинается процесс окисления клеточного сока.

Скрученные листья помещают в тени в ящиках, покрытых чистыми тряпками, чтобы поддержать влажность ферментирующих листьев. В этом же помещении, сильно увлажненном и открытом действию воздуха, при температуре от + 23 до + 26° Ц, листья оставляют в течение 6—10 часов.

Переработанные листья просушивают 2—3 часа в печи или сушильном шкафу при температуре от + 80 до + 100° Ц. В процессе сушки листья переходят из темнозеленого в черный цвет. При сушке надо перемешивать материал и следить, чтобы он не подгорал. Высушенный продукт легко крошится в руках, что показывает, что сушка проведена нормально.

Готовый чайный продукт после переработки сортируют руками, чтобы удалить оставшиеся палочки и соринки. Хранят продукт в деревянных ящиках (но не в стеклянной посуде), причем следует отметить, что в процессе хранения продукт будет улучшаться.

Изготовленный по этому методу копорский чай при заваривании дает золотисто-желтый прозрачный настой, имеющий пряный запах и несколько вяжущий вкус.

Интересно отметить, что в царской России были запрещены изготовление и продажа копорского чая. Эта мера проводилась исключительно в целях охраны интересов капиталистов — купцов, торговавших китайским чаем, на котором в старое время, без особого труда, они наживали миллионные состояния.

Копорский, или Иван-чай, будучи дешевым заменителем китайского чая, является совершенно безвредным для здоровья.

---



## БРУСНИЧНЫЙ ЧАЙ

Брусника — всем известное растение, полукустарник с ползучим корневищем и кожистыми, наверху округленными листьями. Край листьев завернуты книзу и покрыты точечными железками. Цветы розовые, почти белые. Ягоды ярко-красные. Встречается в хвойных лесах большей части СССР, начиная от крайнего севера до степной полосы.

Листья брусники используют для приготовления вкусного брусничного чая.

Собранный для изготовления брусничного чая лист просушивают в тени; он быстро высыхает. Для заваривания лист кладут в чайник, заливают холодной водой, затем дают покипеть на огне.

Вкус такого чая очень приятный, но вяжущий; настой темного цвета, прозрачный.

Многие лица, потребляющие брусничный чай, предпочитают его чаю китайскому.

---



## ЗЕМЛЯНИЧНЫЙ ЧАЙ

Плоды земляники раскидывают для сушки ровным, тонким слоем на кисею, натянутую на деревянные рамки, и сушат в печи или над плитой в течение 1—2 суток. Время от времени крупные плоды переворачивают. Из 5 кг свежих плодов земляники получается около 1 кг сухих плодов. Высушенные плоды ссыпают в жестяные банки для хранения. Свой цвет и аромат они сохраняют не менее года. Чай из них получается очень вкусный.

Земляника — также всем известное многолетнее растение с тройчатыми овально-ромбическими, по краям пильчатыми листьями. Стебли, а также стелющиеся и укореняющиеся в узлах побеги покрыты прижатыми к стеблю волосками. Цветы белые. Встречается в лесах, рощах, зарослях кустарников и на лесных вырубках в большей части Союза; на севере Европейской части СССР она доходит до Ненецкого национального округа (Архангельской области), а на юге — до Кавказа; в Сибири она встречается до Даурии.

Из плодов земляники готовят всякого рода консервы, варенья и другие кондитерские изделия.

Сушеные плоды земляники можно использовать как заменитель чая.



## ЛИПОВЫЙ ЧАЙ

Встречается липа в лесах почти всей Европейской части СССР, кроме северных районов; часто разводится в садах и парках.

Для изготовления чая используют только цветки липы без прицветников. Цветы легко высушиваются в печке и на солнце. В цветах липы содержится небольшое количество сахаристых веществ, немного жирного масла и около 0,4% эфирного масла, придающего цветам липы специфический запах. Вкус липового чая приятный, без горечи; чай пахнет медом.

Липовый цвет у нас употребляется иногда также как потогонное средство. В Западной Европе (главным образом во Франции и Швейцарии) липовый цвет является обычным заменителем китайского чая и даже предпочитается последнему.



## МОРКОВНЫЙ ЧАЙ И КОФЕ

Обычный наш овощ — морковь, имеющий большое значение в питании населения, может быть широко использован и как заменитель чая и кофе.

Морковь содержит в своих корнях жиры, каротин, сахар, органические кислоты и другие полезные вещества.

Из корней огородной моркови получается весьма вкусный, здоровый чайный напиток. Для приготовления чая корни моркови режут тонкими ломтиками (около 1 мм) и хорошо высушивают в печи. Полученный продукт заваривают в чайнике и употребляют как чай. Аромат и цвет его напоминают настоящий чай. Утверждают, что такой чай особенно полезен для малокровных и страдающих желудочными болезнями.

Для получения морковного кофе корень, нарезанный ломтиками, хорошо поджаривают и перемалывают на мельнице.



Поджаренная морковь имеет слегка горьковатое вещество — каротин, измененные кислоты и пригорелое масло. Все эти вещества в поджаренной моркови содержатся почти в таком же количестве, как и в цикорном кофе. Вкус морковного кофе весьма сходен со вкусом цикорного, но морковный кофе более сладкий, поэтому он является более ценным продуктом, чем кофе из цикория.

---



*Рожь.*



*Пшеница.*



*Ячмень.*

### КОФЕ ИЗ СЕМЯН ХЛЕБНЫХ РАСТЕНИЙ

Все главнейшие хлебные злаки, произрастающие в Ленинградской области, могут служить для изготовления заменителей кофе. К числу этих злаков относятся ячмень, пшеница, рожь и овес.

Семена хлебных растений содержат очень мало сахара, но они богаты крахмалом и дают питательный растворимый продукт



Овес.

(декстрин). Богаты эти семена и белковыми веществами. По данным многочисленных исследований, в семенах указанных растений содержится крахмала от 48% (ячмень) до 57% (пшеница) и белка от 9% (овес) до 13,5% (пшеница).

Кофе из семян хлебных растений получается в результате их поджаривания и последующего размалывания на мельницах. При поджаривании происходит изменение сахаров

в этих семенах, что дает различные пригорелые продукты, имеющие приятный вкус, но, однако, значительно отличающийся от вкуса настоящего кофе.

У нас в продажу обычно поступают смеси различных заменителей кофе. Так, например, кофе ячменный состоит из 80% ячменя и 20% цикория, кофе желудочный — из 80% желудей и 20% цикория, кофе овсяный — из 80% овса и 20% цикория. Бывают и другие смеси.

Существует еще так называемый солодовый кофе, который изготавливается из проросшего ячменя или другого хлебного зерна. Он дает при обжаривании весьма вкусный, приятный кофейный продукт.



**ГНУ ВИАР**  
**Россельхоз**  
**академии**  
**НСХБ**



ЦИКОРНЫЙ  
КОФЕ

Цикорий — многолетнее растение с веретенообразным, прямостоячим стеблем, 50—150 см высотой. Листья, собранные в корневой розетке, выемчато-перисто-раздельные, а стеблевые — очередные, ланцетовидные, сидячие. Цветы — обоеполые, язычковые, голубые, около 4 см в диаметре. Растет на сорных местах, при дорогах в большей части СССР.

Из дикого цикория выведены культурные сорта цикория: браунгийский, брюссельский, магдебургский и исполинский. В СССР разводят преимущественно два последних сорта. Сбор урожая производят во второй половине сентября и продолжают до начала октября. Средний урожай с 1 га 13—16 т.

На приготовление кофе идут корни цикория.

При употреблении настоящего кофе в него прибавляют при заваривании, как правило, до 20% цикорного кофе.



КОФЕ ИЗ  
ОДУВАНЧИКА

Одуванчик — многолетнее растение, с толстым корнем, богатым млечным соком.

В СССР встречается повсюду (до о-ва Колгуева и Новой Земли на севере включительно), растет на лугах, полях и в рощах.

Корень одуванчика в поджаренном виде представляет хороший суррогат кофе, вкусом напоминающий цикорный кофе. Из 4 кг свежего корня получается 1 кг сушеного корня. Поджаренный и измолотый корень одуванчика богат растворимыми веществами (до 67%) и дает хороший кофейный настой.

Лучшим временем года для сбора корня одуванчика является сентябрь, когда корень дает максимальное количество полезных веществ. Корни одуванчика, собранные осенью, содержат, в частности, гораздо больше инулина, чем корни цикория. Таким образом, одуванчик по своему химическому составу для приготовления кофе стоит выше цикория.



## ЖЕЛУДЕВЫЙ КОФЕ

Дуб встречается во всей лесной полосе европейской части СССР, в Крыму и на Кавказе. На севере он доходит до г. Ленинграда, г. Вологды и г. Молотова.

Желуди дуба весьма широко используются для производства заменителя кофе. В желудях много крахмала, есть жиры и другие полезные вещества.

При обжаривании высушенных на воздухе желудей они теряют около 20% в весе. Желудевый кофе имеет вкус несколько горький, но горечь весьма характерная, приятная.

При изготовлении на пищевых фабриках кофейных смесей часто примешивают и желудевый кофе. Так, например, кофейная смесь «Кофе здоровье» состоит из 20% ячменя, 35% желудей, 30% цикория и 15% косточек (абрикосовых и др.).

Но и сам по себе желудевый кофе является ценным питательным продуктом.

Цена — 50 коп.

A7299  
21

Бл.

(42)