

Το τσάϊ συντροφιιά στην
δουλειιά



www.salveotea.gr

**Salveo
Tea**
PREMIUM QUALITY

Είστε καινούριοι στην δουλειά και βλέπετε ότι δεν υπάρχουν τα απαραίτητα ώστε να φτιάξετε μία κούπα τσάι; Είστε ο μόνος-η που έχετε αυτή την προτίμηση;

Υπάρχει ίσως ένα συρτάρι που να περισσεύει, ίσως αν τοποθετήσετε τα πράγματά σας αλλιώς για να απελευθερώσετε ένα συρτάρι το οποίο αποκλειστικά να περιέχει όλα όσα χρειάζεστε για το τσάι σας; Αυτή είναι μία πολύ καλή λύση. Ένα συρτάρι με το τσάι και τα σνακ που χρειάζεστε κατά την διάρκεια της δουλειάς.



Μέσα σε θήκες τοποθετείτε σε κλειστά βαζάκια το τσάι σας και τα φακελάκια τσαγιού. Σουρωτήρι, κουταλάκι, κούπα, ζάχαρη. Χρειάζεστε και ένα τρόπο να ζεσταίνετε το νερό με βραστήρα ή κατσαρολάκι.

Στην περίπτωση που υπάρχουν τα σύνορα για καφέ όπως το μπρίκι, μπορείτε να το χρησιμοποιήσετε για να βράσετε το νερό.

Εάν υπάρχει ήδη στον χώρο καφετιέρα, μπορείτε να φτιάξετε το τσάι σας ως εξής:

Βάλτε νερό στην καφετιέρα και το τσάι βάλτε το στο φίλτρο (εννοείται ότι θέλετε διαφορετικό από εκείνο του καφέ). Όταν το νερό στάζει, το τσάι θα συγκεντρώνεται στην κανάτα.

Εάν θέλετε το τσάι σας πιο δυνατό, βάλτε ένα φίλτρο με τσάι μέσα στην κανάτα. Όταν το ζεστό νερό έχει γεμίσει την κανάτα, το τσάι εκχυλίζεται και μπορεί να το αφήσετε εκεί για να έχετε παραπάνω από μία κούπα τσάι για να απολαύσετε.

Μία άλλη λύση, είναι να φέρετε έτοιμο ζεστό νερό από το σπίτι σε ένα θερμός. Στο γραφείο, βάζουμε φίλτρο με το τσάι ή φακελάκι τσαγιού μέσα στην κούπα, γεμίζουμε με νερό, αφαιρούμε το φίλτρο, προσθέτουμε κάποιο γλυκαντικό, και έτοιμο το τσάι! Αν θέλουμε περισσότερο δεν έχουμε παρά να επαναλάβουμε την διαδικασία.

Προσοχή όταν αφαιρείτε το φίλτρο με το τσάι. Δεν θα πρέπει να στάξει πάνω στο γραφείο. Πρέπει μόλις βγει από την κούπα, να ακουμπήσει αμέσως σε ένα μικρό σκεύος ειδικά γι αυτή την δουλειά.

www.salveotea.gr



Τσάι έτοιμο από το σπίτι μας. Ακόμη πιο εύκολο και δεν θα έχουμε τίποτε για να μας αποσπάσει την προσοχή από την στιγμή που θα αρχίσουμε την δουλειά μας.



Η όλη προετοιμασία αρχίζει από την στιγμή που θα σηκωθούμε το πρωί. Βάζουμε κατ'ευθείαν νερό να βράσει, το ρίχνουμε στην τσαγιέρα όπου έχουμε ήδη τοποθετήσει το τσάι στο φίλτρο, αφήνουμε για 5' και κατόπιν ρίχνουμε το τσάι μας στο θερμός για να το πάρουμε στην δουλειά. Το μόνο που θα χρειαστούμε στον χώρο της εργασίας μας, είναι μία κούπα για να σερβιριστούμε.

Εναλλακτικά, υπάρχει ειδική κούπα με φίλτρο για να βάλουμε το τσάι, προσθέτουμε το νερό και κατόπιν με μία κίνηση πιέζουμε το τσάι στο πάνω μέρος για να απελευθερώσει το εκχύλισμά του το οποίο συγκεντρώνεται στον υπόλοιπο χώρο της κούπας.



Τέλος, γιατί όχι, ίσως να βρούμε εκεί κοντά στον χώρο της εργασίας μας ένα μέρος όπου σερβίρεται τσάι για να πάρουμε μαζί μας!

www.salveotea.gr

Πίνοντας τσάϊ στην δουλειά, αισθάνεστε όλο ενέργεια και διαύγεια, χωρίς την ένταση που προκαλεί ένας καφές. Υπάρχουν πολλές επιλογές που σας επιτρέπουν να δοκιμάσετε κάτι διαφορετικό κάθε φορά. Και είναι σίγουρο ότι σε αυτήν την διαδικασία, αν και την αρχή θα την έχετε κάνει μόνοι σας, στο τέλος θα αποκτήσετε συντροφιά!

Τα οφέλη του τσαγιού στην υγεία μας



ΒΕΛΤΙΩΝΕΙ την ΠΕΨΗ και τον ΜΕΤΑΒΟΛΙΣΜΟ

διώχνει το STRESS

ΤΟΝΩΝΕΙ την ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑ του αίματος

γερά ΔΟΝΤΙΑ ΔΡΟΣΕΡΗ αναπνοή

πρωστατεύει το ΣΥΚΩΤΙ και τους ΠΝΕΥΜΟΝΕΣ

ΜΕΙΩΝΕΙ την πίεση του ΑΙΜΑΤΟΣ

ΤΟΝΩΝΕΙ το ανοσοποιητικό δρά ενάντια στις ΙΨΕΙΣ

άριστο ΑΝΤΙΟΞΕΙΔΩΤΙΚό