

Matchaklub.si



MATCHA PIJAČA POLNA ŽIVLJENJA

RECEPTI

NASVETI

JAPONSKA
DEŽELA MISTERIJEV

MAGAZIN 1/2018

Pomlad



Po dolgi in hladni zimi bomo končno dočakali pomlad, čas ko narava zacveti in se naše počutje z več sonca in zelenja naravna na novo frekvenco. To je čas čiščenja in regeneracije, čas ko odvržemo staro in ustvarimo prostor za novo, ko si postavimo zopet izzive in se prebudimo iz zimskega spanja.

Za srečno in harmonično življenje potrebujemo ravnovesje. Šele ko smo v ravnovesju lahko izkoristimo potencial in živimo v skladu s svojim poslanstvom. Da bi le tega dosegli je pomembno to, kar damo vase in nase. S hrano in pijačo vnašamo v svoje telo gradnike, ki se pretvorijo na delce, ki prehajajo v celice in nas izgrajujejo.

Pomlad je odličen čas za čiščenje telesa in duha. Obred pitja čaja je dolgoletna tradicija na Japonskem, kjer ljudje v Okinawi veljajo za

dokazano najbolj srečne na svetu. Japonci so pravi mojstri dolgoživosti in življenjske filozofije. Zavedajo se zdravnih lastnosti čajev in jih vsakodnevno vključujejo v svoje življenje.

Tako kot Japonci, lahko tudi mi poskrbimo za svoje zdravje s pravilno prehrano, rednim gibanjem in obredom pitja čaja z najbolj kakovostnim japonskim Matcha čajem.

Pozdravljamo vas s prvo številko Matcha magazina, v katerem vam bomo predstavili kdo smo in v kaj verjamemo, vam predstavili Matcha čaj, življenje na Japonskem in recept za pripravo Matcha zdravih čajnih piškotov. Svojo srečo pa boste lahko preizkusili tudi v nagradni igri.

Želimo vam čudovit prvi pomladni mesec.

Onas

Matcha Klub je portal in spletna trgovina z najkakovostnejšim Matcha čajem, nasveti in recepti za srečno in zdravo življenje. Pri izbiri Matcha čaja izbiramo samo priznane Japonske pridelovalce, ki čaj gojijo s tradicionalnimi metodami, vse od vzgajanja do tradicionalnega mletja.

Na prvo mesto postavljamo kvaliteto, naš Matcha čaj pa je eko, bio, brez laktoze in glutena, primeren za vegane in brez gso. Naše poslanstvo je ozaveščanje in izobraževanje ljudi o zdravem načinu življenja preko Matcha čaja, zdravih receptov in zanimivih vsebin.



“Krivca” za začetek Matcha Kluba sva Vito in Andrej, ki sva se redno dobivala na kavi in zelenem čaju. Kot mlada in zagrižena podjetnika sva prav tako ponosna odvisnika od kofeina in ob ogromnih količinah popite kave sva začela iskati dobro in zdravo alternativo.

Zeleni čaj s svojim svežim okusom in učinkom razstrupljanja ter vsebnostjo kofeina ter dodatno vitaminov je tako postal najina prva izbira. Ob raziskovanju različic zelenega napitka sva odkrila **Matcha čaj - ljubezen na prvi okus!** Ker stremiva h kvaliteti, sva želela preizkusiti najboljšo Matcho, ki sva jo ob jutrih delila s prijatelji. Tako je nastal **Matcha Klub**.



Kdo smo?



Andrej

Sem zasvojen z zdravjem, fitnessom in potovanjem. Prepotoval sem že celo Evropo in prehodil vse slovenske hribe. Vedno iščem nove izzive poslovno in v prostem času. V zadnjih letih sem uredil postavo in izboljšal um, kljub temu, da aktivno vodim startup in veliko potujem. Pri tem mi še vedno najbolj pomaga meditacija, zdrava prehrana in **Matcha** namesto kave.



Vito

Če citiram Aristotla: »Energija uma je bistvo življenja«, povem, da kot izobražen arhitekt in grafični oblikovalec brez jasnih misli in izražanja svojih idej ne pripomorem skupnosti, če ne izostrim svojih umov in spočit ustvarjam izdelke, katere lahko brezsrčno dodam v svoj portfelj. Že od začetka svojega ustvarjanja sem bil strasten kofetar in moram priznati, da je nenehno nihanje energije povzročalo kolaps in zmedo. **Zakaj obožujem Matcho?** Ker zbistri um in telo napolni z novo energijo, v svoj jutranji obred pa jo vključujejo tudi japonski menihi. Ponosen sem, da sem del te zgodbe ter da lahko na tak način pomagam našim kupcem in širiti vest o zdravilnih učinkih in vsesplošne uporabe Matcha čaja.

Ekipi Matcha Klub-a sem se kot uspešen marketer pridružil kasneje, ter zgradil odličen sistem prodaje. Eden izmed razlogov priključitve je tudi dejstvo, da sam že vrsto let ne pijem kave, zato me je **Japonski obred** in način priprave Matcha napitka dodobra pritegnil. Matcha čaj priporočam vsem, ki se borijo z odvečnimi kilogrami, nespečnostjo in slabim počutjem.

Matcha Klub me je pripeljal do spoznanja, da si je treba v življenju vzeti čas. Ali je to preprosta skodelica čaja, kratek sprehod v naravi ali pa zgolj trenutek ujet v spominu. Bil sem ena izmed prvih strank, ki so si kupili Matcha komplet, vendar sem jo založil in šele kasneje odprl. Zgodbe s Japonske ter zelen prah, ki se poveže z njimi, so mi dali zagon, da se pridružim ekipi Matcha Kluba, hkrati pa da več časa namenim svoji dragi in najinemu Ivanu (velikemu, cartljivemu mačkou).

Pri Matcha Klubu skrbim za marketing in privlačne vsebine. Sem ekonomistka in marketingarca, hkrati pa umetniška duša in strastna oboževalka poezije, romantike, dobrih knjig, planinskih cvetic in gorskega kolesarjenja. Nora sem na opazovanje lune, nočne pohode in zeleni **Matcha čaj**. Japonska mi je blizu, saj tudi sama skušam živeti po izročilu budistične zen filozofije in zato sem se vabilu, da se pridružim Matcha ekipi z veseljem odzvala.



Tomaž



Tine



Sabina

Kaj je Matcha?

Matcha je posebna vrsta zelenega čaja, iz 100% deleža listov čajevca zmlatih v fin prah. Naša sorta prihaja iz Japonske, natančneje iz regije Shizuka, ki zaradi ugodne klime slovi kot najboljši proizvajalec tovrstnega čaja. Kar naredi Matcho tako posebno, je dejstvo, da listi čajevca dva tedna pred nabiranjem rastejo v senci, kar proizvede velike količine hranljivega klorofila. Po sušenju se listi čajevca zmeljejo z granitnimi kamni.

Matcha čaj ni navaden čaj, ampak je shramba antioksidantov in naravno sredstvo za pomoč pri izgubi telesne teže ter razstrupljanje. Je odlična alternativa kavi brez sladkorja, ki ne povzroča nervoze.

Zeleni čaji so gojeni na različnih predelih sveta, Matcha čaj pa izključno na Japonskem, kjer je že več kot tisoč let poznan kot njihov tradicionalni čaj. Pri čajnih ceremonijah so ga nekoč uporabljali že samuraji, saj vsebuje precej več kofeina kot običajna kava.

Ali ste vedeli, da se ena skodelica Matcha čaja lahko enači z 10-imi skodelicami običajnega zelenega čaja po antioksidantih in hranilni vrednosti? Čaj prav tako vsebuje aminokislino, ki sprošča um ter spodbuja dobro počutje, popolna izbira pa je tudi pri meditaciji, saj pripomore k umirjeni pozornosti.

Kompleksen in mamljiv okus Matcha zelenega čaja se dobro dopolnjuje v smoothijih, sadnih napitkih, piškotih, itd.

Imejte odprt um in preizkusite tako tradicionalno pripravljen čaj, kot tudi ostale matcha različice.

Priprava:

Matcha čaj se pripravlja po posebnem postopku, ki je enostaven in hiter ter naj vam predstavlja poseben obred, v katerem se boste sprostili ter pripravili na uživanje v bogatem okusu. Za pripravo je najbolje uporabiti metlico in žlico iz bambusa. Čaj lahko pred tem tudi presejemo, da med mešanjem ne pride do grudic.



Matcha recept

Matcha čajni piškoti

SESTAVINE:

- 2 rumenjaka
- 18 dag masla
- 15 dag namenske moke
- 10 dag pirine polnozrnate moke
- 10 dag sladkorja v prahu (po želji ga lahko nadomestite z medom)
- 20 g Matcha čaja v prahu
- Ščepec soli
- Kvalitetna bela čokolada

POSTOPEK:

1. Najprej presejemo moko, da ne bo grudic ter dodamo sladkor v prahu, Matcha čaj, rumenjaka, ščepec soli ter zmeščano maslo. Zamesimo testo ter ga zavijemo v prozorno folijo in damo počivat za minimalno dve uri v hladilnik.
2. Testo razvaljamo ter izrežemo poljubne oblike.
3. Piškote pečemo v vnaprej ogreti pečici na 175 stopinj, med 12 in 14 minut. Pečene še tople narahlo potresemo s čajem.
4. Belo čokolado stopimo na pari ali v mikrovalovni pečici ter jo z dresirno vrečko nabrizgamo na piškote.

Dober tek :)

Priporočamo:

Premium BIO Matcha Čaj iz Matchaklub.si



Japonska

Dežela misterijev

Japonska je država, ki je obiskovalec zlahka ne pozabi. Dežela visoko razvite tehnologije, organiziranosti in napredka, hkrati pa tradicije, bogate zgodovine in kulture, bambusovih gozdov, zen samostanov, izvrstne kulinarike in zelenega čaja. Moderna nakupovalna središča v Tokiu so zanimiv kontrast v les odetih središčem mest ter številnim meditativnim vrtovom.


Dežela vzhajajočega sonca naredi vtis s pristnim gostoljubjem in slastnim svežim sušijem (ali veste kako ga pravilno jesti?).

Japonska ni en otok, ampak je sestavljena kar iz 6.852 otokov, ki se raztezajo vzdolž pacifiške obale vzhodne Azije. Na otočju je 108 aktivnih ognjenikov. Zmerno podnebje je razdeljeno na 6 različnih podnebnih območij, kar pomeni, da so vremenske razlike velike.

Zgodovina Japonske sega v prazgodovino, prvi ohranjen zapis v Knjigi Hanov pa je iz prvega stoletja. Starodavna kultura se občuti v številnih templjih, samostanih in prebivališčih samurajev.

Osnova japonske prehrane je japonski riž ali rezanci v juhi z dodatnimi jedmi iz rib, zelenjave in tofuja za dodajanje okusa po principu ičidžu-sansai (ena juha, tri stranske jedi).

Ob okusni kulinariki je dežela poznana kot ena izmed vodilnih držav v svetu po **pridelavi čaja**. Nasadi čaja se vsi nahajajo v hribovitem delu države v bližini rek, potokov in jezer, kjer je klima megljena in vlažna, žarki sonca pa niso tako močni. Obiranje se začne konec aprila, večina čaja ki se pridelava na Japonskem pa je zelenega.



"You can't buy happiness, but you can buy tea and that's kind of the same thing."

Nagradna igra

Marec je mesec pomladi in mesec žena. Ker se tudi v Matcha Klubu veselimo konca zime in vas želimo razvajati, smo za vas pripravili pomladansko nagradno igro.

Trem srečnežem bomo podarili Bio Premium Matcho. Če bi radi preizkusili svojo srečo, vas vabimo, da odgovorite na nagradno vprašanje:

Iz katere rastline je narejen Matcha čaj v prahu?

Na vprašanje odgovorite na naši FB objavi tukaj: www.xyz.com



www.matchaklub.si

info@matchaklub.si

