

TAZO.

Lipton

# GUIDE SUR L'HEURE DU THÉ



MON  
FOYER,  
MA  
MAISON

Le Bien Être  
des Résidents  
en Action

Unilever  
Food  
Solutions

# Comment organiser une dégustation de thé

TAZO



**P**erpétuant la tradition lancée au 19<sup>e</sup> siècle par Anna, duchesse de Bedford, l'heure du thé retrouve peu à peu sa popularité d'antan au 21<sup>e</sup> siècle. Si le cadre et l'environnement ont sans doute beaucoup changé depuis l'époque victorienne, le déroulement reste très proche du rituel classique. Tenu traditionnellement au cours de l'après-midi, le « low tea » consiste généralement à prendre le thé au salon autour d'une table basse où sont disposés de petits sandwiches, quelques douceurs et parfois même un gâteau. Autrefois, l'heure du thé pouvait aussi suivre la journée de travail et prévoir un repas complet accompagné de thé. C'est ce qu'on appelait le « high tea ».

L'heure du thé se prête à une foule d'occasions : showers, anniversaires, réunions familiales ou simples rencontres décontractées entre amis. Vous trouverez dans ce document une mine d'information sur le thé qui fera vite de vous un expert sur toutes les questions entourant l'heure du thé.

«...L'heure du thé retrouve peu à peu sa popularité d'antan au 21<sup>e</sup> siècle. »



Le thé provient du théier (*Camellia sinensis*), un arbuste à feuilles persistantes qui est vivace dans les régions chaudes. Il est cultivé dans de nombreux domaines et plantations autour du monde, d'où ses milliers de variations aromatiques. Comme le vin, bon nombre de thés tirent leur nom de la région où ils sont cultivés. Chacune de ces régions est réputée pour produire des thés distincts par leur arôme et leur caractère. Bien qu'il existe plus de 1 500 variétés de thé dans le monde, toutes peuvent être regroupées en 3 catégories : les thés noirs, les thés verts et les thés oolong. C'est le traitement réservé aux feuilles de thé fraîches, ainsi que le degré d'exposition à l'oxygène, qui détermine les différents types de thé. Au cours du processus d'oxydation, les feuilles de thé subissent des réactions chimiques naturelles qui leur confèrent des caractéristiques distinctives en matière de goût et de couleur.

---

## Thé noir

Le thé noir est le type le plus couramment utilisé dans les sachets nord-américains. Il provient de feuilles entièrement oxydées qui, une fois infusées, lui confèrent une saveur riche et profonde ainsi qu'une belle couleur ambrée. Parmi les variétés de thé noir les plus populaires, mentionnons l'Assam, le Ceylan, le Darjeeling, l'Earl Grey, le Kemon, le Lapsang Souchong, le Sikkim, le Yunnan et des mélanges populaires tels que Petit-déjeuner anglais, Petit-déjeuner irlandais et Caravane russe.

## Thé vert

Très apprécié en Asie, le thé vert ne subit pour sa part aucun processus d'oxydation. Il est desséché, immédiatement traité à la vapeur ou chauffé pour éviter l'oxydation, puis roulé et séché. D'un beau vert pâle, il se distingue par son goût délicat et agréablement rafraîchissant. On compte parmi les variétés de thé vert le Gunpowder, le Dragon Well, le thé au jasmin, le Sencha Dacha, le Hōjicha, le Genmaicha, le Gyokuro, le Spider Leg, le matcha et le tencha.

## Thé oolong

Le terme « oolong » se traduit littéralement par « dragon noir » et désigne une famille de thés très populaire en Chine. Les thés oolong contiennent des feuilles partiellement oxydées et marient les qualités gustatives et la couleur du thé noir et du thé vert. Très parfumé et débordant de saveur, le thé oolong se consomme sans lait et sans sucre. On compte parmi les variétés de thé oolong le Pour mosa Oolong, le Ti Kuan Yin, le Formosa Pouchong et le Black Dragon.

# TYPES DE THÉ



## Thé blanc

Le thé blanc est entièrement composé de bourgeons de feuilles recouverts de soies blanchâtres. Les nouveaux bourgeons sont cueillis avant l'éclosion, desséchés, puis déshydratés lentement à basse température. Contrairement aux autres méthodes de traitement du thé, les bourgeons foliaires ne sont pas roulés ni légèrement oxydés. Il en résulte un thé aux arômes doux et naturellement sucrés.

## Tisanes

Calmantes, apaisantes ou vivifiantes, les tisanes ne sont pas dérivées du théier, mais issues d'une infusion de feuilles, de racines, d'écorce, de graines ou d'extraits végétaux.



# HISTOIRE DU THÉ

TAZO



## LA PREMIÈRE TASSE DE THÉ

Le thé est la boisson préparée la plus populaire au monde. On doit sa découverte à l'empereur chinois Shen Ning, en 2737 avant J.-C.. La légende raconte que les feuilles d'un théier seraient tombées accidentellement dans le bol d'eau chaude qu'il tenait à ses côtés.



## À LA CONQUÊTE DU CANADA

C'est en 1716 que la Compagnie de la Baie d'Hudson réalise la première importation de thé au Canada. La cargaison met plus d'un an avant d'arriver à bon port. Depuis, la prédilection des Canadiens pour le thé ne s'est jamais démentie.



## C'EST L'HEURE DU THÉ !

La coutume du thé de l'après-midi est lancée par Anna, septième duchesse de Bedford, au début du 19<sup>e</sup> siècle. La duchesse entreprend d'inviter quelques convives à venir prendre le thé et déguster quelques bouchées en après-midi pour combler le long intervalle qui sépare le petit-déjeuner du souper pris tard en soirée. Le rituel se répand en Angleterre, puis en Amérique du Nord, jusqu'à devenir une tradition qui existe encore aujourd'hui. De nos jours, le thé de l'après-midi proposé dans les salons de thé et les cafés branchés comprend un grand choix de thés raffinés et de délicats amuse-bouche.

## NAISSANCE DU THÉ GLACÉ

C'est à l'Exposition universelle de 1904, à St. Louis (Missouri), que le thé glacé voit le jour. Un Anglais dénommé Richard Blechynden y fait alors la promotion du thé, sans succès. Comme la chaleur étouffante du Sud prédispose peu les visiteurs à siroter un thé chaud, il a l'idée d'y ajouter des glaçons. Le public s'entiche vite de cette nouvelle infusion. À la suite de cette découverte fortuite, le thé glacé ne cesse de gagner en popularité.



# TRADITIONS AUTOUR DU THÉ

## FICHE D'INFORMATION



### THÉ ANGLAIS

C'est au 19<sup>e</sup> siècle qu'apparaît la coutume du thé de l'après-midi lorsque Anna, septième duchesse de Bedford, entreprend d'inviter des convives à venir prendre le thé et déguster quelques bouchées en après-midi pour combler le long intervalle qui sépare le petit-déjeuner du souper pris tard en soirée. Le rituel se répand en Angleterre, puis en Amérique du Nord, jusqu'à devenir une tradition qui existe encore aujourd'hui. De nos jours, le thé de l'après-midi proposé dans les salons de thé et les cafés branchés comprend un grand choix de thés raffinés et de délicats amuse-bouche.

### THÉ RUSSE

La tradition du thé russe voit le jour au début du 17<sup>e</sup> siècle lorsque l'ambassadeur de Chine offre un coffret de thés en cadeau au tsar. Le thé devient vite une boisson prisée en Russie, où sa chaleur réconfortante est un doux antidote à la rigueur du climat. On retrouve alors le samovar, à la fois théière et bouilloire, au cœur d'un grand nombre de foyers russes. Le samovar fonctionne du matin au soir et peut servir à préparer jusqu'à 40 tasses de thé. Le thé russe est généralement très fort, puis adouci par l'addition d'une généreuse quantité de sucre, de miel ou de confiture.



### THÉ NORD-AMÉRICAIN

C'est à la fin du 17<sup>e</sup> siècle que les premiers salons de thé nord-américains ouvrent leurs portes à New York. Les salles sont souvent construites autour de sources thermales où l'on pompe les réserves naturelles d'eau chaude pour préparer le thé. Le service du thé de l'après-midi devient une attraction recherchée dans de nombreux hôtels de prestige à la fin du 19<sup>e</sup> siècle. Les salons de thé s'imposent comme un gage d'élégance dans les hôtels haut de gamme du Canada et des États-Unis. Au tournant du 20<sup>e</sup> siècle, le thé servi froid est généralement additionné d'alcool et appelé « punch au thé ». Quant au thé glacé, il fait son apparition à l'exposition universelle de 1904, à St. Louis, dans le Missouri. Incapable d'écouler son thé chaud, l'Anglais Richard Blechynden a l'idée d'y ajouter des glaçons. Cette nouvelle boisson rafraîchissante fait un tabac dans le climat étouffant du Sud et ne cesse par la suite de gagner en popularité.



# TRADITIONS AUTOUR DU THÉ

## FICHE D'INFORMATION



### THÉ JAPONAIS

Au Japon, le service du thé est un rituel d'une grande beauté où le matcha, un thé vert en poudre, est infusé par un habile préparateur et versé à quelques convives dans un cadre paisible. Cette tradition qui remonte à la fin du 12<sup>e</sup> siècle est fortement tributaire du bouddhisme zen. La cérémonie japonaise du thé ne se résume pas à boire du thé, mais constitue une forme d'art à part entière. Les préparateurs de thé suivent plusieurs années d'apprentissage avant de présider aux cérémonies du thé.



### THÉ CHINOIS

Le thé joue un rôle de premier plan dans l'histoire, la culture et l'économie chinoises. La consommation de thé était déjà répandue dans la Chine ancienne où elle était considérée comme l'une des sept nécessités quotidiennes. La culture chinoise du thé est unique par ses méthodes de préparation et de dégustation, ainsi que par les occasions de consommation. Encore aujourd'hui, le thé fait partie intégrante des rencontres sociales à caractère officiel ou plus décontracté.



On prépare et consomme le thé dans le cadre du quotidien, mais aussi lors d'événement spéciaux. Signe de respect dans la société chinoise, le thé est servi par la jeune génération aux aînés en signe de déférence. Il est non seulement un élément central des réunions familiales, mais aussi un geste de repentir et de soumission. En effet, verser du thé à quelqu'un sert à lui présenter des excuses formelles. Le thé joue par ailleurs un rôle dans les cérémonies de mariage traditionnelles chinoises. Avant de quitter la cérémonie, les jeunes mariés s'agenouillent devant leurs parents, leur servent du thé et leur adressent leurs remerciements. La coutume veut que les parents avalent une petite gorgée de thé, puis confient au couple une enveloppe rouge qui symbolise la chance. Plus qu'une boisson, le thé chinois est également un ingrédient employé dans les remèdes traditionnels et la gastronomie.



# TRADITIONS AUTOUR DU THÉ

## FICHE D'INFORMATION

TAZO



### THÉ INDIEN

Le mot « chai » (« thé » en hindi) est couramment utilisé pour désigner un thé au lait épicé originaire d'Inde, mais de plus en plus populaire dans le monde. Le chai se compose généralement de thé noir, de lait, d'un édulcorant et d'un mélange d'épices, dont la cardamome, la cannelle, le gingembre, le girofle et le poivre. Il fait partie intégrante du quotidien en Inde où il est plus populaire que le café. De nombreux marchands en vendent dans la rue et bon nombre de foyers en gardent une carafe sur le feu toute la journée.





# CHANGER LE MONDE UNE TASSE À LA FOIS

TAZO



**L**a Rainforest Alliance est un organisme indépendant sans but lucratif qui œuvre auprès des gens dont la subsistance dépend du travail de la terre et les aide à transformer la façon dont ils cultivent les aliments, récoltent le bois et accueillent les voyageurs. Des grandes multinationales aux petites coopératives communautaires, des entreprises et consommateurs de partout soutiennent les efforts déployés par la Rainforest Alliance pour commercialiser des biens et services écoresponsables sur les marchés mondiaux où la demande pour ces produits ne cesse de grimper.

« Depuis 2019, tous les thés de marque Lipton, Pure Leaf et, plus récemment, Tazo sont certifiés Rainforest Alliance. »

Depuis 2019, tous les thés de marque Lipton, Pure Leaf et, plus récemment, Tazo sont certifiés Rainforest Alliance. Cette certification exige le respect d'un large éventail de critères environnementaux, économiques et sociaux, notamment quant à la conservation de l'eau, à la protection de la faune et de la flore, à la gestion des sols et au traitement équitable des travailleurs. En optant pour des produits portant le sceau Rainforest Alliance, c'est un geste en faveur de la planète que posent les consommateurs tout en contribuant à améliorer le sort des populations locales.

Pour en savoir plus, visitez le [www.rainforest-alliance.org](http://www.rainforest-alliance.org).



TAZO

Lipton

# Nous vous convions pour l'heure du thé

DATE : \_\_\_\_\_

HEURE : \_\_\_\_\_





TAZO

Lipton

# Nous vous convions à un JEU-QUESTIONNAIRE

DATE : \_\_\_\_\_ HEURE : \_\_\_\_\_








**NOUS VOUS CONVIONS  
POUR L'HEURE DU THÉ**

Heure :

Date :

Lieu :



**NOUS VOUS CONVIONS  
POUR L'HEURE DU THÉ**

Heure :

Date :

Lieu :



# JEU-QUESTIONNAIRE

## QUESTIONS



1. Quel thé populaire est nommé d'après un membre de la noblesse ?
2. Quelle partie de thé célèbre a lieu aux États- Unis en 1773 ?
3. Quel type de thé les Britanniques préfèrent-ils et comment aiment-ils le servir ?
4. Qui a donné son nom à l'époque victorienne, berceau du « tea party » ?
5. Que boivent les Britanniques au petit-déjeuner avant que le thé ne remporte la faveur ?
6. Quelle boisson contient plus de caféine par tasse : le café ou le thé ?
7. On utilise aussi un autre nom pour désigner le thé de l'après-midi. Lequel ?
8. Combien de temps faut-il laisser infuser le thé vert ?
9. Dans quel pays le thé glacé voit-il le jour ?
10. Le thé débarque au Canada en 1716. Quelle est l'entreprise qui l'importe ?
11. Quand le thé arrive-t-il pour la première fois aux États-Unis ?
12. Comment s'appelle la plante dont proviennent tous les thés ?
13. Dans quel pays les sachets de thé sont-ils inventés ?
14. Comment appelle-t-on l'art de lire dans les feuilles de thé ?
15. Le thé Orange Pekoe contient-il des oranges ?
16. Nommez l'un des thés les plus populaires au Moyen-Orient.
17. Pourquoi ne doit-on pas ajouter du citron et du lait dans la même tasse de thé ?
18. Comment le thé est-il découvert ?
19. Traditionnellement, on versait le lait dans la tasse avant le thé. Pourquoi ?
20. Que comprend un service à thé classique ?

# ACCORDS METS ET THÉS

		CARACTÉRISTIQUES	CUISINE	MOMENT DE LA JOURNÉE	SUCRÉ	SALÉ	GLACÉ	CHAUD
<b>NOIR</b>		Saveurs prononcées et arômes floraux selon la région. Tanins modérés et amertume légèrement astringente. Bouche charpentée qui supporte bien les textures grasses. Légères saveurs maltées.	Plats réconfortants, plats copieux, grillades et fritures, viandes rouges, po boy's, aliments de foire, pizza, sandwiches, cuisine cajun et texmex	Tous les moments de la journée	Gâteau au fromage, crème de citron	Fromages vieillis, viandes fumées, foie gras, poulet frit, rôti de bœuf, lasagne	Finale douce sans amertume	Astringence modérément amère, équilibrée par l'ajout d'un nuage de lait
<b>VERT</b>		Thés verts chauffés au wok : arômes de maïs soufflé fumé. Finale astringente ou même cendreuse. Thés verts étuvés : caractéristiques végétales et saumâtres. Arômes d'herbes subtils et légers en bouche.	Fruits de mer, plats santé, alimentation consciente, viandes maigres, repas légers, ramen, pho, banh-mi, bao, num pang, plats aux agrumes, brunch	Dîner, souper et dessert	Chocolat noir, gelato, crêpes, petits fours	Dim Sum, sushis, roulés de laitue au poulet, bols repas, caris légers	Fait bon ménage avec le miel et les agrumes	Fait bon ménage avec le miel et les agrumes
<b>TISANE</b>	<b>CAMOMILLE</b>	Acidulé, corsé, floral. Saveurs intenses d'hibiscus rappelant la canneberge fraîche. Nettoie le palais.	Pâtisseries, cuisine du Moyen-Orient, desserts italiens	Tous les moments de la journée	Tartes aux fruits, panna cotta, cannoli	Tartes au fromage de chèvre		
	<b>MENTHE</b>	Terreux ou franc et frais selon la région. Apaisant et digestif.	Cuisine du Moyen-Orient, grillades, chocolat, fruits de mer	Dîner, souper et dessert	Gâteau au chocolat	Falafels, shwarma	Cocktails	
	<b>FRUIT DE LA PASSION</b>	Acidulé, corsé, floral. Saveurs intenses d'hibiscus rappelant la canneberge fraîche. Nettoie le palais.	Cocktails, cuisines asiatique et latine, plats urbains et côtiers, menus novateurs, saveurs intenses, collations et friandises, brunch	Dîner, souper et dessert	Sorbet au citron	Guacamole, chorizo, gombos aux fruits de mer	Excellent pour parfumer les boissons et les cocktails	
<b>CHAI</b>		Mélange de thé noir et d'épices chaudes. Longue finale corsée.	Cuisine indienne, desserts sucrés, cuisine du Moyen-Orient	Tous les moments de la journée	Crème à la vanille	Samossas	Se marie bien avec les laits végétaux	



# JEU-QUESTIONNAIRE

## QUESTIONS +

## RÉPONSES



1. Quel thé populaire est nommé d'après un membre de la noblesse ?

R : Earl Grey

2. Quelle partie de thé célèbre a lieu aux États-Unis en 1773 ?

R : Le Boston Tea Party, un soulèvement visant à protester contre le régime de taxation inéquitable.

3. Quel type de thé les Britanniques préfèrent-ils et comment aiment-ils le servir ?

R : Les Britanniques préfèrent le thé noir servi avec du lait.

4. Qui a donné son nom à l'époque victorienne, berceau du « tea party » ?

R : Victoria, reine du royaume britannique.

5. Que boivent les Britanniques au petit-déjeuner avant que le thé ne remporte la faveur ?

R : De la bière

6. Quelle boisson contient plus de caféine par tasse : le café ou le thé ?

R : Le café.

7. On utilise aussi un autre nom pour désigner le thé de l'après-midi. Lequel ?

R : Le « low tea », où le thé est servi sur une table basse comme une table à café.

8. Combien de temps faut-il laisser infuser le thé vert ?

R : De 1 minute à 1 minute et demie.

9. Dans quel pays le thé glacé voit-il le jour ?

R : Le thé glacé est inventé par un Anglais du nom de Richard Blechynden lors de l'exposition universelle de Saint-Louis, en 1904. Incapable d'écouler son thé en raison de la chaleur accablante, Blechynden a l'idée d'y verser des glaçons, ce qui lui vaut un succès immédiat.

10. Le thé débarque au Canada en 1716. Quelle est l'entreprise qui l'importe ?

R : Le thé est importé par la Compagnie de la Baie d'Hudson et met plus d'un an avant d'arriver au pays.

11. Quand le thé arrive-t-il pour la première fois aux États-Unis ?

R : Le thé est importé aux États-Unis par les Hollandais à la fin des années 1640. La dégustation du thé devient rapidement un rituel bien établi dans les foyers de la haute société.

# JEU-QUESTIONNAIRE

## QUESTIONS + RÉPONSES



12. Comment s'appelle la plante dont proviennent tous les thés ?

R : Il existe quatre grands types de thé – le thé noir, le thé vert, le thé blanc et le thé oolong –, mais tous proviennent d'une seule et même plante, le théier (*Camellia sinensis*). C'est la méthode de traitement des feuilles qui détermine les différents types de thé.

13. Dans quel pays les sachets de thé sont-ils inventés ?

R : Les sachets de thé sont inventés en 1908 aux États-Unis par Thomas Sullivan. Ce dernier crée de petits sachets en soie pour distribuer des échantillons de thé à ses clients. Certains croient que ces sachets doivent être mis à tremper directement dans la théière, comme une boule à thé métallique, au lieu d'être vidés de leur contenu. C'est ainsi que le sachet de thé est inventé tout à fait par hasard.

14. Comment appelle-t-on l'art de lire dans les feuilles de thé ?

R : L'art de lire dans les feuilles de thé se nomme la « tasséographie ».

15. Le thé Orange Pekoe contient-il des oranges ?

R : Le thé Orange Pekoe n'a rien à voir avec les oranges. Il tire son nom de la maison d'Orange-Nassau de Hollande. Aujourd'hui, ce terme sert à classer les thés noirs.

16. Nommez l'un des thés les plus populaires au Moyen-Orient.

R : Le thé à la menthe marocain est le thé de prédilection des régions du Moyen-Orient. Il se prépare en incorporant des feuilles de menthe verte à du thé vert Gunpowder.

17. Pourquoi ne doit-on pas ajouter du citron et du lait dans la même tasse de thé ?

R : Il faut éviter de verser du citron et du lait dans la même tasse de thé, car le citron fera cailler le lait.

18. Comment le thé est-il découvert ?

R : La légende veut que ce soit l'empereur chinois Shen Nung qui découvre le thé en l'an 2737 avant J.-C. Des feuilles d'un théier à proximité seraient tombées accidentellement dans son bol d'eau chaude. La suite appartient à l'histoire !

19. Traditionnellement, on versait le lait dans la tasse avant le thé. Pourquoi ?

R : Le lait était versé dans la tasse avant le thé pour éviter d'abîmer la fragile porcelaine. Ce n'est maintenant plus nécessaire.

20. Que comprend un service à thé classique ?

R : Un service à thé classique comprend une théière, un sucrier, un pichet à lait, une cafetière, un contenant d'eau bouillante, un vide-tasses, des tasses avec leur soucoupe et un plateau.

TAZO



Besoin de soutien supplémentaire ? Nous proposons toute une gamme d'activités et d'outils pour le mieux-être des résidents, ainsi que des conseils culinaires pour les chefs.

**Pour en savoir plus, visitez le [ufs.com](http://ufs.com).**



**Le Bien Être  
des Résidents  
en Action**

