



CALIDAD			
CODIGO HBORCH	FECHA DE EMISION ABRIL 2016	FECHA DE REVISION ABRIL 2018	VERSION 02
ESPECIFICACIONES			
PAGINA 1 DE 1			

PRODUCTO: CHAI

Masala chai es una bebida típica del sur de la India, consistente en una mezcla de té con especias y hierbas aromáticas.

La versión tradicional de masala chai usa las especias conocidas como *calientes*, incorporando las siguientes: cardamomo, clavo, pimienta, anís estrellado, jengibre y canela. En el oeste del país, no utilizan el anís o la pimienta negra, lo elaboran con té verde en lugar de negro y se añaden: almendras, cardamomo, canela, clavo y en ocasiones azafrán.

El té chai es un poderoso estimulante, a la par del café, pero con más beneficios y menos efectos secundarios que esta bebida. Es por esta razón que muchas personas han decidido cambiar el café por el té chai.

Además, todas las especias utilizadas en el té chai son nutritivas y muy utilizadas en la medicina ayurvédica. Entre otras cosas, estas hierbas ayudan a la estimulación, el equilibrio y el apoyo de la digestión. Calman el dolor de estómago, las náuseas, la diarrea, estimulan la digestión y eliminan las flatulencias, en gran parte por sus altos contenidos en fibra, algo raro en los tés y que se debe a la presencia del hinojo. El clavo, por su parte, puede ayudar a todas aquellas personas que tengan úlceras estomacales a aliviar los síntomas.

Entre otros beneficios del té chai tenemos su poder antiinflamatorio y analgésico, ideal para personas que sufren de artritis. También previene las enfermedades cardiovasculares debido a sus propiedades antioxidantes, ayudando a la reducción de la presión arterial y del colesterol. El té chai también mejora la circulación y el sistema inmune, protegiéndonos de virus y bacterias.

Algunas de las hierbas que tiene el **té chai** ayudan a los síntomas de congestión y gripe, el asma leve, las alergias respiratorias y alivia el dolor de garganta.

PROQUINAT

Si queremos adelgazar, no hay nada mejor que el té chai, ya que la pimienta negra incluida en él ayuda a la metabolización de las grasas, previniendo su acumulación.

