

## Los principales beneficios del té matcha, según Punto de Té

### **El té matcha se está convirtiendo en una bebida de moda entre los amantes de esta milenaria bebida debido a sus numerosas ventajas**

Se trata del grado más alto de té Japonés: únicamente se muelen las hojas después de quitarles los nervios, tallos y peciolos, dejando lo mejor de la planta. El proceso de su obtención es complejo, con una recolección a mano de las hojas del té y un tratamiento posterior por vapor para evitar que se oxiden, que precede a unos meses de envejecimiento para hacer que su sabor sea rico en matices. Tras esto, se trituran para convertirse en el polvo que llega al mercado.

El té matcha se puede adquirir en una tienda de té o tomarlo en numerosos bares en los que ya cuentan con este producto en su carta. Se caracterizan por su intenso color verde -si su color se orienta más a un tono grisáceo o amarillentos, quedará claro que no reúne los atributos óptimos del matcha perfecto y, por tanto, no es de la calidad que se exige a este tipo de té-.

Entre sus beneficios, destacan los siguientes:

Es uno de los antioxidantes más poderosos de la naturaleza -si es de buena calidad-, que retrasa el envejecimiento celular y previene numerosas patologías.

Tiene un alto nivel de cafeína pero no produce nerviosismo gracias al aminoácido L Teanina que precisamente tiene propiedades relajantes, por lo que proporciona energía limpia.

Reducción del colesterol y pérdida de peso con su función de quema de grasas.

Poder antiinflamatorio.

Actúa como depurador del organismo y regulador del metabolismo.

Es un buen estimulante para las defensas.

Sus características organolépticas certifican que es una de las mejores variedades dentro del campo del té verde.

Asimismo, la forma de ingerir matcha es muy diversa, puesto que en la actualidad se puede encontrar

en forma de bollos, magdalenas, croissants, bizcochos o helados, entre muchas otras posibilidades de disfrutar de sus beneficios.

Su preparación en Japón -de donde proviene el matcha- supone un procedimiento meticuloso y complejo para garantizar un resultado acorde a los beneficios del producto. En los países occidentales y de una forma más sencilla, basta con verter una cucharada de té en una taza con agua a 80°C y se bate para formar espuma con un chasen, algo parecido a una brocha de afeitar con cerdas de bambú.

Punto de Té ofrece todo tipo de productos relacionados con el mundo de esta legendaria infusión -incluido el té matcha-, además de los utensilios complementarios que permiten hacer de la hora del té una experiencia única.

**Datos de contacto:**

Kenny  
918929533

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Nutrición](#) [Sociedad](#) [Consumo](#)

---

**NotasdePrensa**

<https://www.notasdeprensa.es>