

Langit Namora

Menikmati Hidup Dengan Berbagi Cerita dan Tulisan

Ganti Kebiasaan Minum Teh Jadi Minum Jamu

Kebiasaan Nge-teh (Minum Teh)

Saat butuh relaksasi, saya nge-teh. Memulai kerja di pagi hari, saya nge-teh. Inspirasi nulis lagi mandek, saya nge-teh. Di suasana dingin, asyiknya ya nge-teh.



<https://dnamora.files.wordpress.com/2014/09/2.jpg>

Tinggal seduh, nikmati teh. Penat perlahan berkurang. Hangat teh menyegarkan mata di pagi hari. Aroma wangi teh merebak seperti langsung menuju otak. Mengetuk saraf-saraf otak kiri dan kanan

untuk lebih cepat mengalirkan informasi. Neuron sibuk bekerja. Sinapsis sibuk beroperasi. Berasa langsung dapat ide, habis nge-teh. Satu dua kata hadir memulai tulisan di blog.

Bingung, kenapa teh bisa se-dahsyat itu?

Ternyata teh punya beberapa rahasia. Ia sumber alami kafein. Kafein ini yang membuat tubuh agar tetap segar, dan membuat jantung bekerja lebih kencang. Kandungan inilah yang membuat saya dan Anda penikmat teh lainnya, tetap terjaga dan lebih siaga untuk bekerja. Teh juga mengandung katekin yang berguna untuk antioksidan tubuh. Yang ingin awet muda, rajin-rajin minum teh dari sekarang.

Teh itu sejatinya minuman yang diperoleh dengan menyeduh daun, pucuk daun, atau tangkai daun dengan menggunakan air panas. Air panas yang digunakan bukan air yang mendidih, Ya sekitar 70-80 derajat Celcius. Kenapa?.. karena pada suhu tersebut teh akan memberikan khasiat terbaiknya, dan kita juga memperoleh aroma terbaik dari teh. Kalo ambil istilah awam, "manis-manis jambu" itu rasa paling nikmat untuk teh.

Awalnya teh ini hanya disebut untuk seduhan dari daun, pucuk, atau ranting tanaman *Camellia sinensis*. Namun belakangan, istilah teh dipakai untuk minuman yang berasal dari buah, rempah, tanaman obat yang diseduh. Jadi, teh itu sekarang gak muter-muter haya untuk teh hijau, teh hitam, teh oolong, atau teh putih. Kemasan teh yang akrab di masyarakat adalah teh celup. Teh celup ini dikemas dalam kantong kecil yang biasanya dibuat dari kertas dengan tali.

Nge-teh antioksidan



(<https://dnamora.files.wordpress.com/2014/09/1.jpg>) Saat ini, selain nge-teh bareng si *Camellia sinensis*, Biofarmaka IPB merilis produk ANTIOKSIDAN TEA, teh yang berkhasiat antioksidan. Antioksidan Tea adalah minuman jamu. Teh ini merupakan minuman antioksidan yang diperkaya vitamin C dan flavonoid yang terkandung dalam ekstrak daun sirsak. Flavonoid itu sejenis senyawa kimia yang juga berfungsi untuk antioksidan tubuh. Antioksidan itu berperan dalam meningkatkan daya tahan tubuh dan menjaga kesehatan secara menyeluruh.

Antioksidan tea ini merupakan ekstrak daun sirsak. Ceritanya agak ilmiah sedikit gak papa kan ya 😊. Daun sirsak dengan nama latin, *Annona Muricata* Follum mengandung senyawa yang berfungsi untuk melawan sel-sel tidak normal secara selektif sehingga tidak mengganggu sel-sel sehat. Senyawa tersebut juga terbukti memiliki sifat anti parasit dan antimiroba untuk mencegah terjadinya infeksi pada tubuh. Minuman ini sangat cocok bagi penderita diabetes, darah tinggi, dan kolesterol juga membantu penyembuhan tumor dan kanker, anti kejang, bisul, ambeyen, disentri. Minuman ini tidak disarankan diminum saat perut kosong dan ibu hamil.



(<https://dnamora.files.wordpress.com/2014/09/3.jpg>)

Antioksidan Tea ini termasuk teh instan. Teh instan pertama kali diciptakan pada tahun 1930-an. Antioksidan tea ini tidak dikemas dalam bentuk teh celup. Teh ini berbentuk bubuk yang tinggal dilarutkan dalam air panas. Kemudian diaduk rata dan siap diminum. Antioksidan tea memiliki rasa tawar. Cocok bagi temen-temen yang tidak suka rasa pahit pada teh. Sekarang, gak ada alasan lagi gak nerapin gaya hidup sehat temans. Yang suka nge-teh, sekarang ada teh antioksidan yang sarat manfaat. Mau selang seling nge-teh si *Camellia* atau nge-teh bareng si *Annona*, terserah.. silahkan atur sendiri ya. Yang penting bisa tetap asyik dan menikmati hidup. Buat yang gak suka teh *Camellia*, mari coba Antioksidan Tea ini kawan.

Tulisan ini diikutsertakan pada lomba blog Lestariilah Jamu Indonesia (<http://biofarmaka.ipb.ac.id/brc-activity/dies-natalis-2014/946-lomba-penulisan-artikel-jamu-di-blog-2014>) yang diadakan oleh Biofarmaka IPB



Pusat Studi Biofarmaka LPPM-IPB

(<http://dnamora.files.wordpress.com/2014/09/logo-pusat-studi-biofarmaka-2014.png>)

sumber referensi :

<http://id.wikipedia.org/wiki/Teh> (<http://id.wikipedia.org/wiki/Teh>)

<http://biofarmaka.ipb.ac.id/brc-upt/brc-ukbb/bccs-collection>
(<http://biofarmaka.ipb.ac.id/brc-upt/brc-ukbb/bccs-collection>),

<http://biofarmaka.ipb.ac.id/publication/journal>
(<http://biofarmaka.ipb.ac.id/publication/journal>)

© SEPTEMBER 12, 2014 © DESINAMORA

2 thoughts on “Ganti Kebiasaan Minum Teh Jadi Minum Jamu”

1. rodamemn says:
teh sirsak? wah keren, inovasi yang bagus dari Biofarmaka IPB ya... kaya antioksidan juga, ah jadi pengen nyobain, antioksidan itu ngeluarin racun2 di tubuh gitu kan ya?

REPLY @SEPTEMBER 12, 2014 AT 7:29 PM

o desinamora says:

tehnya dari daun sirsak produk Biofarmaka IPB mak. yup,
bner bgt antioksidan itu utk ngeluarin racun2 dr tubuh ples
bisa awet muda deh, ayo nyobain mak 😊

REPLY @SEPTEMBER 13, 2014 AT 1:49 PM

CREATE A FREE WEBSITE OR BLOG AT WORDPRESS.COM. | THE SORBET THEME.

Follow

Follow “Langit Namora”

Powered by WordPress.com