

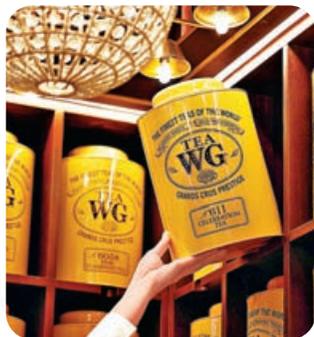
節日食滯 飲茶解膩

TEA WG 精選茶葉甘醇解膩

茶水中富含茶多酚和兒茶素，當中綠茶、烏龍茶、普洱茶非常適合在重油重鹹的大餐後飲用，能夠去油膩、減少油脂吸收。想要飲到優質茶水，可以看看創立於新加坡的奢華茶葉品牌TEA WG。

店內匯聚全球產地直送的優質茶葉，存儲於金色茶罐中，加上店內極富歐式情調的裝潢，營造宮殿般奢華的品茗氛圍。這裏不但可以買到精品茶葉，更有專人為你沖泡近百款外帶茶飲(48元起)，盛茶的金色紙杯造型典雅，還附上玻璃吸管，以及一支供顧客自由調節甜度的棒棒糖，讓飲茶變得超有儀式感。新年食太多油膩食物，不妨試試TEA WG的經典茶品「摩洛哥薄荷綠茶」。清新的薄荷風味與入韻甘甜的綠茶一拍即合，帶出微苦尾韻，為口腔帶去清爽感。喜歡普洱醇厚的回甘，不要錯過TEA WG頂級訂製茗茶系列「帝王普洱」。熟茶香氣醇厚深沉，蘊含內斂而悠遠的大地氣息，最適合在餐後享用，每一次啜飲都回味無窮，帶來沉澱心境的從容片刻。

地點：中環國際金融中心商場1樓1022號舖



■ TEA WG 金色茶罐



■ 盛茶的金色紙杯造型典雅。

■ 享用TEA WG美味茶飲，喚回輕盈身心。

農曆新年一定少不了豐盛的大餐，不過大魚大肉不免增添腸胃負擔，更會導致水腫、變胖，讓你無法以最佳狀態投入年後的工作與生活。此時，不妨以一杯低熱量的健康茶飲，清腸刮脂、去油膩消水腫。本期小編為你推薦三家茶飲店，享用美味茶湯的同時，告別積食困擾，喚回輕盈身心。

植作茶 天然穀物無咖啡因

位於尖沙咀的健康手搖茶飲店「植作茶」，以黑豆、紫米、蕎麥等天然穀物新鮮熬煮，無咖啡因、低熱量、無負擔，最適合在新年食完大餐後飲用。想要清腸胃「刮油脂」，首選黑豆系列的招牌黑豆茶(26元)，經烘焙的黑豆沖泡後，味道帶有濃郁的草本清香，口感清爽，能夠抑制脂肪吸收，利尿消腫，排毒去熱。一杯下肚，食多賀年油器也不怕上火。女士可飲桃膠黑豆茶(32元)，配料中加入鮮製桃膠，除了增添Q彈口感，桃膠所含的豐富膳食纖維，還能潤腸通便，促進消化，由內開始變靚。系列中最为特別的當屬黑茶露(32元)，選用茶露——黑木耳這一配料，打碎再煮熟，營造爽爽脆脆的口感，還有助於穩定血壓、血糖、血脂，輕盈無罪惡感。

新年食好多熱氣食物，漲肚不消化，推薦紅麥系列，有微微麥香，味道與爆谷相似，能夠消滯解渴，促進血液循環，減輕身體負擔。當中桃膠冬瓜混紅麥茶(32元)是店內的熱門之選，在微苦的紅麥茶中加入清甜下火的冬瓜茶，味道層次和口感都更加豐富。

此外，店內黑茶露、炭焙決明子混黑豆茶等人氣飲品，皆附上中西醫學結合的營養標誌，不但有碳水化合物、蛋白質、脂肪、纖維這四項資訊，更以中醫角度標明適合的體質，大家可根據自身體質挑選茶飲。

地點：尖沙咀山林道10-12號山林閣地下2B號舖



■ 以黑木耳作為茶飲配料。



■ 黑豆茶利水消腫。

TEA TOP 酸甜消滯山楂飲

這間台式茶飲店在元朗和鰂魚涌都有分店，茶底源自百年老店長順茶業，以頂級茶湯調製出備受喜愛的手搖茶。店內的「招牌高山青」(22元)，嚴選春冬茶小量製作，口味清、甘、香、甜，順水而不澀。百年獨家烘焙技術結合熟成兩年的堅持，泡出一杯極致回甘無糖之王高山青茶，以茶香沖散大餐後的油膩感。想飲別出心裁的特調茶，可以試試「仙楂108茶王」(28元)，以細火慢焙108個小時的重焙烏龍茶為茶底，加入酸甜助消化的山楂，一杯下肚，快速消滯解膩，身心皆清爽。不想被咖啡因影響睡眠，「蕎麥茶」(20元)亦是不錯的選擇，透亮的茶湯中散發天然蕎麥焙香，風味清淡甘甜。蕎麥營養價值高，富含多種礦物質、維生素與膳食纖維，能夠促進消化。

地點：鰂魚涌海光街4A號地舖



■ 在茶飲中加入酸甜助消化的山楂。



■ 仙楂108茶王