

Ioannes Oculus

Polish with John #18

Kawa czy herbata?



Cześć! Witajcie w kolejnym podcaście “Polish with John”. Nazywam się Jan Oko i chcę Wam pomóc w nauce języka polskiego. Codziennie rano kawa stawia mnie na nogi, a w zimne dni nie ma to jak herbata z miodem. Te dwa niezwykle popularne napoje są z nami codziennie.

Wiele osób nie wyobraża sobie dnia bez filiżanki jednego z tych gorących napojów. Anglicy tradycyjnie o piątej po południu piją filiżankę herbaty. W Japonii istnieje cały rytuał parzenia, czyli przygotowania, herbaty, i jej picia. W Rosji używa się specjalnego urządzenia, które nazywa się samowarem. Pomaga ono zagotować wodę i zaparzyć herbatę. Jeszcze inne tradycje ma Tybet, jeszcze inne Chiny.

Jeżeli chodzi o kawę to dla Włochów najważniejsze jest espresso, ale cappuchino też pochodzi z tego kraju. W ogóle rodzajów herbaty i kawy jest mnóstwo. Są herbaty czarne, zielone, czerwone i inne. Można je pić z mlekiem, z cukrem albo z cytryną. Kawy też pije się z mlekiem, wtedy mówimy, że jest to biała kawa. Jeżeli nie damy do kawy mleka to jest to kawa czarna. Kawa może być też rozpuszczalna, sypana albo z ekspresu. Można powiedzieć, że ludzka wyobraźnia ciągle stwarza nowe rodzaje tych napojów.

Najstarsza kawiarnia w Europie, o której istnieniu udało mi się dowiedzieć, została założona w Belgradzie w 1522 roku! W Polsce pierwsza była w Warszawie,



otwarta w 1724. Co ciekawe pierwszą kawiarnę w Austrii założył Polak Jerzy Kulczycki. On też miał jako pierwszy dodać do kawy mleka, bo czarna kawa nie zasmakowała mieszkańcom Wiednia.

Na dworach pojawili się specjaliści od parzenia kawy, także w Polsce. Osoby odpowiedzialne za parzenie kawy nazywano kawiarkami. Pisał o nich Adam Mickiewicz w „Panu Tadeuszu”. Choć to nie jest łatwy tekst, to proszę posłuchajcie:

„Takiej kawy jak w Polsce nie ma w żadnym kraju:
W Polsce, w domu porządnym, z dawnego zwyczaju,
Jest do robienia kawy osobna niewiasta,
Nazywa się kawiarka; ta sprowadza z miasta
Lub z wicin bierze ziarna w najlepszym gatunku
I zna tajne sposoby gotowania trunku,
Który ma czarność węgla, przejrzystość bursztynu,
Zapach moki i gęstość miodowego płynu”.

Oba napoje są korzystne dla zdrowia, o ile korzysta się z nich w umiarze. Jest takie polskie powiedzenie “co za dużo to niezdrowo”. Jednak kilka filiżanek, to nic złego.

Korzyści z picia herbaty to między innymi łatwiejsze odchudzanie. Pomaga też walczyć ze stresem i opóźnia starzenie. Chroni wątrobę i zmniejsza ryzyko zachorowań na raka. Lista zalet herbaty jest bardzo, bardzo długa i można by o nich opowiadać bez końca.

Kawa natomiast zapobiega cukrzycy, zmniejsza również ryzyko zachorowań na raka oraz inne choroby, jak Parkinson czy Alzheimer. Pomaga również w walce z depresją. No i oczywiście dodaje energii!

W obu przypadkach nie należy przesadzać. Jeżeli ktoś pije ponad pięć kaw dziennie, to jest to za dużo. Natomiast jedna, dwie lub trzy filiżanki mogą jak najbardziej pomóc.

Dziękuję Wam bardzo za wysłuchanie tego odcinka. Mam nadzieję, że się podobał. Zapraszam na mojego bloga ioannesoculus.com albo polishwithjohn.com, gdzie znajdziecie zapis całego odcinka, dodatkowe ćwiczenia oraz wiele innych ciekawych materiałów. Jeżeli podoba Wam się to co robię, to proszę, wesprzyjcie mnie na [serwisie Patreon](https://www.patreon.com)! Link jest w opisie. A już w następny poniedziałek zapraszam na kolejny podcast z serii “Polish with John”. Trzymajcie się zdrowo!

elementy muzyczne podcastu: In the podcast, I used "Sing Swing Bada Bing" Doug Maxwell/Media Right Productions; source: <https://www.youtube.com/audiolibrary/music> (attribution not required)



Cytat w podkaście z “Maratonu z Panem Tadeuszem” zrealizowany przez Polskie Radio Bis, czyta Krzysztof Kowalewski.