

## Où? Magasine - Printemps 2014

## Le thé

*Plus qu'une boisson: un art de vivre!*

Les amateurs de thé sont aujourd'hui nombreux et connaisseurs. Terminer un succulent repas par un thé de qualité médiocre, constitue pour eux un véritable sacrilège! Pour en savoir plus, nous avons rencontré Denis Braunschweig, créateur et propriétaire de Le T Fine Tea Trading Company à Gland.

Rien ne prédisposait Denis Braunschweig à vendre du thé. Diplômé de l'EPFZ, la réputée École Polytechnique Fédérale de Zurich, titulaire d'un MBA de HEC Lausanne, expert en bâtiments intelligents, il décida il y a une quinzaine d'années d'associer son goût pour le thé et sa passion d'entreprendre. «J'étais convaincu qu'il y avait là une «niche» intéressante et que le nombre de buveurs de (bon) thé allait fortement augmenter», explique Denis Braunschweig. Aujourd'hui, sa boutique de Gland ne désemplit pas, les ventes par internet explosent, des grandes tables et des hôtels réputés ainsi que quelques magasins rigoureusement sélectionnés s'approvisionnent chez lui.

## Variétés et familles

Il y a les amateurs de bonnes bouteilles de vins et ceux qui apprécient le thé (l'un n'excluant pas l'autre). Des jardins de thé haut de gamme fournissent des thés exceptionnels et les palais de plus en plus avisés des consommateurs, savent en reconnaître les subtilités du goût. Ils cherchent à déguster chez eux, au restaurant ou à l'hôtel, des thés de qualité qui proviennent en général de Chine, de l'Inde, du Sri Lanka ou du Japon. Le thé est issu de deux variétés de camélia, nous explique enthousiaste notre interlocuteur: le théier de Chine et celui d'Assam. Il se décline en quatre familles: les thés non fermentés blancs ou verts peu travaillés et vite séchés, les semi-fermentés chinois ou Oolong, les thés noirs fermentés au goût plus prononcé et les thés chinois P'uh-êhr fermentés sans oxydation qui ont une senteur de terre avant la préparation et un goût boisé délicieux à la dégustation.

## La préparation: tout un art

Une eau peu calcaire permettra aux arômes de se déployer parfaitement. Sa température est essentielle. «Moins de 70 degrés pour un thé vert ou un blanc pour ne pas le brûler; d'avantage pour les autres thés qui apprécient une eau juste frémissante. Et en plus si la théière a été préchauffée avant d'y déposer le thé, c'est l'idéal. Les amateurs



Feuilles de thé.

fuient le thé en sachet et évitent d'enfermer les précieuses feuilles dans une boule où il est compressé. La durée d'infusion est fonction des thés et varie de une à plusieurs minutes. Plusieurs infusions sont possibles lorsqu'il s'agit d'un thé vert ou d'un Oolong», explique Denis Braunschweig qui souligne que les théières en terre cuite ont une mémoire et recommande l'usage d'une théière par famille de thés.

Il donne aussi des cours collectifs ou à la demande, sur les thés et leur préparation. Ces formations sont destinées aux particuliers comme aux hôteliers et restaurateurs qui ont compris que si une belle carte est une condition nécessaire, ils doivent aussi pouvoir répondre aux questions de leurs clients et préparer le thé avec la quantité adéquate et éviter d'apporter du citron (une tranche d'orange serait préférable) ou du lait avec des breuvages qui ne le supportent pas, c'est-à-dire la plupart!

## Bienfaits

Les thés contiennent de la théine ou de la caféine. La caféine du café stimule le cœur et la circulation sanguine en quelques minutes. Celle du thé est liée à des composés phénoliques qui – et ceci est particulièrement accentué dans le cas du thé vert – ralentissent les effets stimulants et agissent de manière douce, progressive et plus durable, tout en stimulant le cerveau et le système nerveux central. Par ailleurs, les thés verts contiennent moins de théine que les noirs. Denis Braunschweig précise que le thé a un effet préventif et curatif sur l'artériosclérose. Toutes les sortes de thé sont réputées diminuer le «mauvais» cholestérol et augmenter le bon, en particulier le fameux P'uh-êhr connu et apprécié depuis de nombreux siècles et également indiqué en cas d'indigestion et de maux de tête.

## Une philosophie

«Boire du thé, explique Denis Braunschweig, revient à passer un moment privilégié et de bien-être. On boit avec la bouche, le nez, les yeux, le cœur.» Le thé est le reflet d'un



Presque une philosophie.

art de vivre. Signalons pour conclure que les cuisiniers incluent de plus en plus fréquemment du thé dans les aliments qu'ils préparent, plats ou desserts et que le thé se marie bien avec les menus les plus divers, mais ceci est une autre histoire...

Le thé: un colporteur de bonheur!

Michel Bloch



Denis Braunschweig dans son magasin.

**Renseignements**  
Le T Fine Tea Trading Company  
Route de Begnins 6  
CH-1196 Gland  
T +41 (0)22 995 14 00  
www.le-t.com

**Photos**  
© Le T Fine Tea Trading Company,  
Isabelle Bloch



Le précieux élixir.