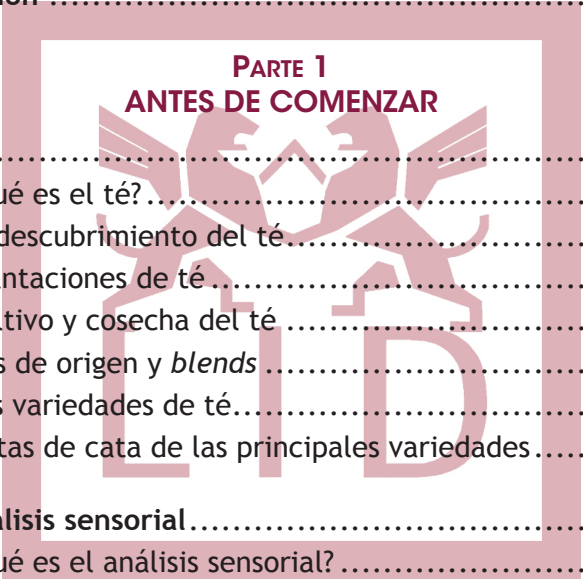
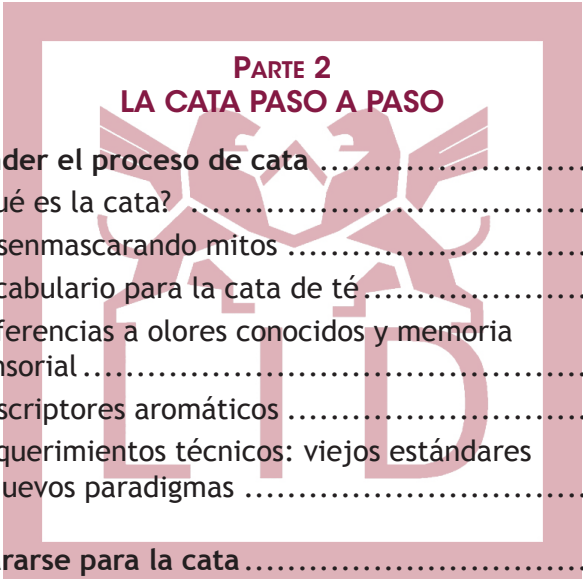


Índice

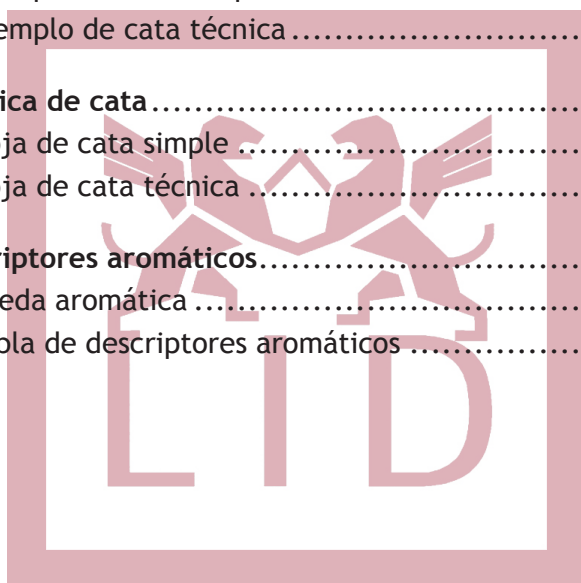
Agradecimientos	11
Introducción	13
 <p>PARTE 1 ANTES DE COMENZAR</p>	
01 El té.....	21
1. ¿Qué es el té?.....	21
2. El descubrimiento del té.....	22
3. Plantaciones de té.....	22
4. Cultivo y cosecha del té.....	24
5. Té de origen y <i>blends</i>	25
6. Las variedades de té.....	26
7. Notas de cata de las principales variedades.....	29
02 El análisis sensorial.....	35
1. ¿Qué es el análisis sensorial?.....	35
2. La calidad sensorial.....	36
3. El perfil sensorial del té.....	38
03 Las neurociencias.....	43
1. ¿Qué son las neurociencias?.....	43
2. El poder del cerebro.....	44
3. La práctica y la neurogénesis.....	45
4. La habilidad para catar.....	47
5. La memoria sensorial.....	49
6. Las expectativas y la zona de confort.....	51
7. La traición del cerebro.....	53

04	El funcionamiento de los sentidos.....	61
	1. Los estímulos, las sensaciones y los receptores	62
	2. El procesamiento de la información sensorial	64
	3. Los umbrales	65
	4. Los sentidos.....	66
	5. El flavor, el sabor y el perfil sensorial	78
05	El olfato y los perfumes	85
	1. La importancia del olfato en la cata.....	86
	2. La volatilidad de las moléculas	88
	3. La pirámide olfativa	89
 <p>PARTE 2 LA CATA PASO A PASO</p>		
06	Entender el proceso de cata	97
	1. ¿Qué es la cata?	97
	2. Desenmascarando mitos	98
	3. Vocabulario para la cata de té.....	102
	4. Referencias a olores conocidos y memoria sensorial	112
	5. Descriptores aromáticos	114
	6. Requerimientos técnicos: viejos estándares y nuevos paradigmas	117
07	Prepararse para la cata.....	139
	1. La sala de cata	140
	2. El catador	141
	3. Los utensilios	145
	4. Las muestras de té.....	147
	5. Los parámetros.....	151
08	La cata	163
	1. Introducción	163
	2. Tipos de valoraciones y atributos	164
	3. La degustación paso a paso.....	170
	4. La cata simple paso a paso	171

5. La cata técnica paso a paso	175
6. Documentación de los hallazgos	182
7. Interpretación de los resultados.....	188
8. Identificación de virtudes y defectos en el té.....	194

PARTE 3
MIS HERRAMIENTAS DE CATA

09 Glosario de términos	201
10 Ejemplos de cata.....	211
1. Ejemplo de cata simple	211
2. Ejemplo de cata técnica	212
11 Práctica de cata	217
1. Hoja de cata simple	217
2. Hoja de cata técnica	234
12 Descriptores aromáticos.....	269
1. Rueda aromática	269
2. Tabla de descriptores aromáticos	270



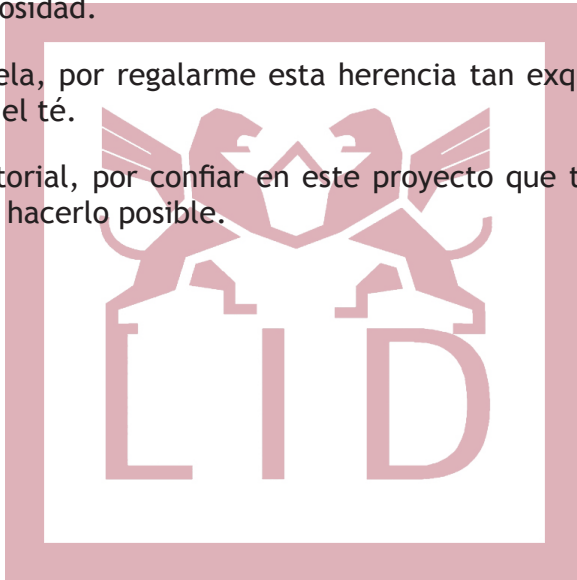
Agradecimientos

Quiero agradecer en primer lugar a mi marido, Martín, que me apoya y acompaña siempre en todo lo que hago.

A mis padres, por alimentar en mí, desde pequeña, la chispa de la curiosidad.

A mi abuela, por regalarme esta herencia tan exquisita: el amor por el té.

A LID Editorial, por confiar en este proyecto que tanto nos ilusiona y hacerlo posible.



Introducción

El té es una bebida saludable y fascinante. Reboza cultura en una explosión internacional de costumbres, rituales y ceremonias. Para muchos tomar un té es un simple acto que satisface la sed; para otros, beber té es una ceremonia íntima o compartida, en la que la bebida deja de ser un mero alimento para convertirse en una experiencia en la que participan todos los sentidos. Si tú eres una de esas personas que vibran a la hora de tener una taza en la mano, este libro te ayudará a entender las razones de tu sensibilización y a generar más gratos momentos junto al té.

Este libro también te mostrará cómo comprar el té que realmente disfrutarás (y no el que permanece en la alacena para siempre), además de aprender a describirlo y deleitarte en todas las fases de su consumo.

Si hasta ahora, por el contrario, el té ha resultado intrascendente en tu vida, te desafío a ingresar en este apasionante mundo de las sensaciones, que, como siempre digo, es un camino de ida.

En caso de que te encuentres en la industria del té, este libro te ayudará a vender más y mejor a través del conocimiento del producto, ya sea en un negocio gastronómico, en una tienda minorista o de venta al por mayor. Hoy muchos consumidores buscan información sobre el producto que adquieren, desean conocerlo, aprender sobre sus características y adoran sentirse sibaritas. Si te jactas de vender buen té (en cualquier segmento de mercado, ya sea de té en hebras o en saquitos o bolsitas) no puedes dejar de explicarle a tu cliente qué es lo que hace de ese té un producto mejor que el de tu competencia.

También podrás compartir con tu cliente las sensaciones que experimentará al beber el té que le estás ofreciendo. Con este libro podrás ganar más confianza en tus presentaciones, generar interés en tu público y entablar más y mejores relaciones profesionales.

Si te desempeñas en el ámbito de la gastronomía como *sommelier*, *tea blender*, pastelero, chef, etcétera, podrás adquirir nuevas habilidades que elevarán tu nivel de comprensión del producto y por lo tanto mejorarás tu percepción, servicio y habilidad para la venta.

No importa que no tengas experiencia. En este libro te voy a llevar de la mano para que explores tus habilidades sensoriales y explotes al máximo tu potencial como catador de té. Sólo debes comenzar a recorrer este hermoso camino de aprendizaje y disfrute. Ya decía el gran filósofo chino Lao Tse: «Un viaje de mil millas comienza con el primer paso».

Pretendo con esta publicación ayudar a que tú, amante del té, emprendedor, profesional del té o simple curioso, disfrutes cada vez más del té y lo hagas con un conocimiento pleno y profundo de todas sus características. Deseo también colaborar con el desarrollo de la industria del té, en particular la difusión del conocimiento y estimular la generación de nuevos productos y servicios de alta calidad sensorial.

En mis libros anteriores, *Manual del sommelier de té* y *La alquimia del té* explico y hago uso de esta técnica de cata. Sin embargo, en este libro te voy a mostrar los fundamentos que generaron esta técnica, entenderemos la forma en que nuestro cuerpo detecta, procesa e interpreta los estímulos (como un olor o un gusto en la boca) y realizaremos un estudio más avanzado para aprovechar al máximo nuestras herramientas de trabajo: nuestros sentidos y nuestro cerebro.

El libro se organiza en tres partes. La primera está dedicada al análisis sensorial del té y a los conceptos técnicos que son necesarios para entenderlo. En este módulo descubrirás qué es el té, qué es la cata, cómo funcionan nuestros sentidos,

el poder del olfato y su entrenamiento para la cata, en qué consiste el análisis sensorial y cómo impactan las neurociencias en esta disciplina, entre otros temas.

En la segunda parte te ofrezco una guía paso a paso para aprender a catar: abordaremos temas como los requisitos previos a hacer una cata, la preparación del lugar y los elementos necesarios, los tipos de análisis sensorial que podemos realizar y cómo realizar la cata del té paso a paso.

Finalmente, en la última parte del libro, encontrarás herramientas para realizar tus propias catas, ejemplos, un glosario de términos y la rueda de aromas con las palabras que utilizamos en la cata.

Dicen que hay dos formas de terminar con una élite: una es acabando con todos los que están dentro, y otra, abriendo la puerta para que entren todos los que están afuera. Yo trataré de compartir mi experiencia y el desarrollo de esta metodología de la forma más clara y simple posible para que no necesites tener un máster en ciencias ni demasiada experiencia en la industria para poder aprender a catar té de forma profesional.

PARTE 1

**ANTES DE
COMENZAR**





1. ¿Qué es el té?

El té es una bebida preparada como infusión en la que las hojas, los tallos y los brotes de la planta *Camellia sinensis* se ponen en contacto con el agua para extraer de esta forma su sabor y color. Tiene su origen en China, y se conocen principalmente tres subespecies de esta planta, autóctonas de distintas regiones:

- China: *Camellia sinensis sinensis*
- India: *Camellia sinensis assamica*
- Camboya: *Camellia lasio calyx*

La *Camellia sinensis* es una planta perenne que puede llegar a convertirse en árbol, pero suele mantenerse en forma de arbusto para facilitar la cosecha de sus hojas y brotes. Crece en regiones de clima tropical y subtropical (cálido y húmedo), pero también se adapta a otras condiciones climáticas con inviernos crudos.

Mayormente, la planta crece en regiones de temperatura entre 10°C y 35°C, lluvias de entre 2000 y 2300 mm al año y una altura que oscila entre los 0 y los 2100 msnm, aproximadamente.



¿Sabías que...

... todos los tés son infusiones, pero no todas las infusiones son tés? Todo lo que denominamos té está elaborado con hojas y brotes de la planta *Camellia sinensis*. La infusión de otras hierbas, como la menta o el rooibos, no deberían llamarse té, sino tisanas o infusiones.

2. El descubrimiento del té

Existen muchos mitos y leyendas en torno al descubrimiento del té. Sin embargo, sabemos que tiene su origen en China, donde se lo conoce y disfruta desde hace miles de años.

Cuenta la leyenda que el té fue descubierto por el emperador chino Shen-Nung, llamado «El labrador divino», hacia el año 2750 a. C. Un día, Shen-Nung había salido a pasear por el jardín de su palacio cuando se sintió cansado y se dispuso a descansar bajo la sombra de un árbol. En ese momento le acercaron un cuenco con agua caliente para saciar su sed, y entonces el viento hizo que unas hojas secas de ese árbol cayeran dentro de la taza del emperador. Shen-Nung probó la bebida y comprobó que esta le hacía sentirse refrescado y con el cuerpo relajado, a la vez que su mente parecía alejarse de todos los problemas. Así es como se cree que Shen-Nung descubrió esta fascinante bebida.

3. Plantaciones de té

Las plantaciones de té son porciones de tierra dedicadas al cultivo de *Camellia sinensis*. También llamadas «jardines de té», se encuentran en zonas rurales o campos cercanos a ciudades. Cada región productora tiene características únicas que la definen, como la geografía del lugar, el terreno

(pendiente, altura, composición), el clima (cantidad de sol, cantidad de sombra, humedad, temperatura, vientos, heladas), la vegetación aledaña, etcétera, que forman el *terroir* o terruño del té.

La mayor parte de las regiones cultivadas con *Camellia sinensis* en el mundo se encuentra en torno al ecuador y pasando los trópicos de Cáncer y Capricornio, en zonas de clima tropical y subtropical, aunque la planta también puede adaptarse a lugares con clima templado y estaciones del año bien diferenciadas.

Las plantaciones de té se ven como grandes espacios verdes que mantienen ese mismo aspecto durante todo el año, dado que, al ser un arbusto perenne, la *Camellia sinensis* no pierde sus hojas en otoño. Algunos jardines se extienden sobre zonas llanas, otros sobre colinas e incluso montañas de laderas empinadas, como es el caso de Darjeeling en India.

Aunque la mayoría de plantaciones de té están cultivadas por el hombre, en ciertas regiones productoras, como Yunnan en China, existen jardines de árboles de té salvajes, algunos con cientos de años de antigüedad. La cantidad de arbustos plantados en el campo varía de jardín en jardín. En determinadas regiones, los productores de té artesanos poseen un pequeño número de plantas de té en el jardín de su casa. Utilizan las hojas y brotes de esas plantas para elaborar té en cantidades limitadas, de forma manual y con procesos tradicionales.

En zonas de producción extensiva, donde los cultivos ocupan grandes superficies de tierra y la cantidad de plantas por hectárea puede alcanzar las 10 000 unidades, se utiliza una gran fuerza laboral para recoger las hojas en época de cosecha, y muchas veces se hace uso de maquinaria para facilitar el proceso.

Tal es la diversidad de países y culturas que desarrollan la industria del té en el mundo, que genera paisajes muy diferentes entre sí y todos igual de conmovedores.

4. Cultivo y cosecha del té

Aunque en sus orígenes la planta de té se cultivaba en China, más tarde se comenzó a plantar y elaborar el té en Japón, y se fueron incorporando a su producción otros países como India o Sri Lanka, debido a la influencia inglesa durante el período colonial del Imperio británico. A la lista de países productores de té se sumaron Taiwán, Kenia, Malawi, Turquía, Indonesia, Vietnam y Argentina; en la actualidad, la *Camellia sinensis* se cultiva en más de sesenta países, incluyendo Estados Unidos.

La cosecha del té se realiza en períodos de 7 a 28 días para que la planta tenga tiempo de producir nuevos brotes y cosecharlos, pero este período puede verse modificado como consecuencia del clima o de la decisión del productor.

En las regiones productoras con estaciones del año marcadas, el té se cosecha desde el comienzo de la primavera hasta el fin del otoño o comienzos del invierno. Así, en el hemisferio norte la cosecha se extiende generalmente desde comienzos de abril hasta fines de octubre, mientras que en el hemisferio sur los períodos de cosecha vienen dados dependiendo de la latitud. Por lo general, en este hemisferio la cosecha comienza en octubre y se extiende hasta fines de abril o comienzos de mayo. En las regiones cercanas al ecuador, donde el clima es más cálido y uniforme, la cosecha se realiza durante todo el año.

Según el momento del año en que los brotes y hojas son recogidos, se logran diferentes tés, con características sensoriales únicas, que se distinguen por su período de cosecha. De esta forma, el resultado de la cata de un determinado té de primera cosecha o *first flush* será diferente del análisis obtenido del mismo té elaborado con la segunda cosecha o *second flush*, así como del otoñal u *autumnal*, y del té cultivado en los meses de invierno, llamado *frost tea*. Los cambios estacionales influyen de manera apreciable en el sabor del té, por lo que resulta muy interesante realizar la cata de diferentes cosechas de un mismo té, de una

misma región productora o incluso del mismo jardín en diferentes épocas del año.

5. Tés de origen y *blends*

Los tés de origen son aquellos que no tienen ningún agregado y que generalmente se elaboran en un lugar determinado del mundo. Suelen conocerse con el nombre de la región en la que se producen (como Yunnan) o por su nombre de fantasía (como *Lung Ching*, que significa «pozo de dragón»).

Los *blends* son mezclas de té con frutas, hierbas, especias, flores y esencias cuidadosamente seleccionadas y combinadas para crear una bebida con aroma, sabor y cuerpo especial para cada persona, para cada momento, con un encanto particular.

Podemos realizar una cata de cualquier té de origen, así como también podemos catar un *blend*. Cuando un *blend* está bien hecho, resulta un poco más difícil realizar su análisis sensorial, dado que en una mezcla de calidad los sabores de los ingredientes se funden de forma armoniosa convirtiéndose en un nuevo producto que no es igual a la suma de sus componentes. Los *tea blenders* decimos que logramos un buen *blend* cuando creamos la «quintaesencia», ese elemento indescriptible que hace vibrar a las personas cuando beben nuestra mezcla.



¿Con qué tipo de té puedo comenzar el aprendizaje de cata?

Si no estás del todo familiarizado con el proceso de cata, te recomiendo que comiences tus pruebas utilizando tés de origen y pases después a analizar los *blends* una vez hayas adquirido suficiente entrenamiento.

6. Las variedades de té

Todas las variedades de té vienen de la misma planta: la *Camellia sinensis*. ¿Cuál es entonces su diferencia? La diferencia entre los distintos tipos de té radica en los procesos que se aplican a las hojas dentro de la fábrica. De este modo, existen seis tipos principales o familias de té.



Té blanco

El té blanco (白茶, *bái chá* en chino) es el menos procesado de todos los tipos de té. Se suele elaborar utilizando solamente los brotes de la planta (las partes más jóvenes de la planta que eventualmente se convertirán en nuevas hojas) o con los brotes y las primeras hojas, lo que le confiere un sabor muy delicado y dulce.

El té blanco en general tiene un perfil sensorial complejo aunque delicado. Suele ser suave, de cuerpo liviano y color sutil comparado con otros tipos de té, pero muy complejo e interesante. En general, tiene notas a rosas, vegetales cocidos, tomillo y pan tostado, aunque su perfil sensorial cambia según el origen del té.

Los tés blancos más conocidos son el Yin Zhen Silver Needles (Fujian, China) y el Pai Mutan (Fujian, China).



Té verde

El té verde (绿茶, *lǜ` chá* en chino) es una variedad muy popular, consumida en todo el mundo por su alto nivel de antioxidantes. En general es mucho más suave y liviano que el té negro, pero más intenso y con más cuerpo que el té blanco. Su proceso de elaboración característico es la fijación que evita que el té se oxide.

Existen dos estilos de elaboración del té verde: el estilo chino y el estilo japonés. En el primero solemos encontrar una

interesante complejidad aromática y sabores amables vegetales cocidos y, en algunos, notas tostadas. En el segundo pueden aparecer notas a pasto (hierba fresca), notas marinas, como a algas, pescado o algún cítrico, y es un tipo de té generalmente más intenso en color y sabor.

El té verde se produce actualmente en todo el mundo, pero los más valorados todavía provienen de China y Japón. Entre ellos, algunos de los más conocidos son el Lung Ching, el Maofeng y el Gunpowder (de China), y el Sencha, el Bancha y el Matcha (de Japón).



Té amarillo o dorado

El té amarillo (黄茶, *huáng chá* en chino), también llamado *té dorado*, es un tipo de té poco común, producido en pequeñas cantidades principalmente en la provincia de Hunan, China. En general, despliega notas a flores rojas, vegetales a la parrilla y ahumado.

Los tés amarillos más conocidos son el Jun Shan Yin Zhen, el Meng Ding Huang Cha, el Hou Shan Huang Cha y el Mo Gan Huang Cha (de China).



Té oolong o té azul

El oolong (乌龙茶, *wū lóng chá* en chino) es uno de los tipos de té más complejos. Su perfil sensorial varía mucho según su nivel de oxidación, su grado de horneado y la forma en que está enrollado. Existe el oolong de jade, de un color verde azulado, con bajo nivel de oxidación y hojas fuertemente apretadas, enrolladas; el oolong oscuro, de hoja abierta y color amarroñado debido a su mayor nivel de oxidación; y finalmente el oolong ámbar, un té que ha sido horneado para desarrollar un sabor más complejo, dulce y con notas tostadas. Cada uno se

expresa de forma muy diferente en la taza e, incluso dentro de cada una de estas categorías, las distintas variedades ofrecen notas más tostadas o más frescas, con aromas a frutas o a flores. Los oolongs son todo un mundo para descubrir.

En el oolong de jade solemos encontrar notas a manteca, banana, durazno (melocotón), papaya y flores blancas; en el oolong oscuro, a damasco (albaricoque), peras pasas y orejones, miel y un toque tostado sutil; en el oolong ámbar (horneado) suelen predominar notas a cacao, café, orejones y un intenso tostado.

Los oolongs más conocidos son el Tie Kuan Yin y el Da Hong Pao (de China), y el Dong Ding, el Alishan y el Oriental Beauty (de Taiwán).



Té negro

El té negro (红茶, *hóng chá* en chino) es uno de los tés que más se beben en Occidente, consumido típicamente a la hora del desayuno o el que se incluye en un menú de *Afternoon Tea* o de *Five o'clock Tea*. Esta variedad de té atraviesa un proceso de oxidación completa y en China se lo conoce como *té rojo*, traducción literal de *hóng chá*.

El perfil sensorial del té negro depende mucho de su origen. El té negro chino en general es suave, amable y poco astringente, posee notas ahumadas, a madera, orejones, cacao y tabaco. El té negro de India generalmente posee notas florales, frutales, amaderadas y a tabaco. El de Sri Lanka suele tener notas a cítricos, frutas pasas y madera.

Los tés negros más conocidos son el Yunnan y el Keemun (de China), el Assam y el Darjeeling (de India), y el Ceylon (de Sri Lanka). Otros muchos tés negros interesantes se fabrican en diversos países del mundo, como los de Kenia y Malawi, o los que se producen en Argentina.



Dark tea

El *dark tea* (黑茶, *hēi chá* en chino) es conocido como *té negro* en su país de origen, pues *hēi chá* es la traducción literal de *té negro*. Sin embargo, no se trata del clásico té negro que conocemos en Occidente, sino que es un tipo de té que en su elaboración atraviesa una etapa de fermentación. Este proceso le otorga un carácter muy particular: el *dark tea* evoluciona con los años, por lo que es muy interesante catarlo periódicamente para valorar los cambios en su perfil sensorial a lo largo del tiempo.

El perfil sensorial del *dark tea* es totalmente diferente de los demás té. Del más conocido, que es el Puerh, te anticipo que sus características organolépticas dependen de su estilo (crudo o cocido) y de su edad (nivel de añejamiento). El Puerh crudo suele tener notas a cenizas y vegetales cuando es joven, y evoluciona hacia las notas frutales y florales a medida que envejece. El cocido suele tener notas terrosas, a polvo y humedad, a madera mojada, a serrín, a algas, a frutas pasas y a malta; a medida que el *dark tea* envejece, en buenas condiciones de almacenamiento, las notas a frutas pasas se acentúan y el té se hace más redondo y amable en la boca, lo que justifica la espera para su añejamiento.

Los *dark teas* más famosos son el Puerh y el Hei Cha. Los Puerhs provienen de la provincia de Yunnan, China, y los Hei Chas, de Hunan. Se pueden encontrar en hebras o compactados en distintas formas, como ladrillos, nidos, discos, etcétera.

7. Notas de cata de las principales variedades

A continuación, resumiremos muy brevemente las principales notas de cata, típicas de algunas variedades de té. Es importante recordar que no siempre vamos a encontrar

exactamente las mismas notas de cata en los tés indicados, dado que algunas veces podría haber pequeños cambios sutiles que con el tiempo iremos identificando, debidos a diferencias estacionales, situaciones climáticas anormales o mal almacenamiento, entre otros.

Como sabemos, el té es un producto obtenido de la naturaleza y, como tal, cambia constantemente. Si catamos varios tés del mismo origen, elaborados en la misma fábrica y con los mismos procesos pero cosechados en diferentes días, podríamos encontrar diferencias sutiles entre ellos. También un mismo té, por defectos en la fabricación, podría resultar diferente de lo esperado. Esa es la gran riqueza del té, su especificidad es lo que lo hace único y lo que le da valor al trabajo de los artesanos que marcan la diferencia en sus productos.

- Té blanco chino: notas a rosas, vegetales cocidos, tomillo y pan tostado.
- Té verde chino: notas a vegetales cocidos, dátiles y nueces tostadas.
- Té verde japonés: notas a vegetales crudos, algas y limón.
- Té negro chino: notas a ahumado, madera, orejones, cacao y tabaco.
- Té negro indio: notas a flores, frutos rojos, ciruelas pasas y tabaco.
- Té negro de Sri Lanka: notas a cítricos, frutas pasas y madera.
- Oolong de jade: notas a manteca, banana, durazno, papaya y flores blancas.
- Oolong oscuro: notas a damascos, peras pasas y orejones, miel y tostado sutil.

- Oolong ámbar: notas a cacao, café, intenso tostado y orejones.
- Puerh cocido: notas a madera mojada, serrín, algas, humedad, frutas pasas y malta.



¿Con cuál puedo empezar?

Yo te recomiendo comenzar a entrenarte utilizando los tés que más conozcas, los que te sean más familiares, y luego avanzar indagando en el amplio mundo del té. En el mercado existen más variedades de té de las que podemos catar en un año. Tanto los tés de origen (tés sin agregados de ningún tipo) como los *blends* (mezclas de té con otros ingredientes como frutas o especias) se encuentran disponibles en innumerables variedades, orígenes y cosechas, así que los amantes del té tenemos material para trabajar (y divertirnos) de forma casi inagotable.