

هل تتركون كيس الشاي في الكوب أثناء شربه؟ هذا خطأ فادح!



13 سبتمبر 2017 - 21:49

يترك معظم الأشخاص أكياس الشاي داخل الكوب أثناء تناولهم له، لكن دراسة حديثة أشارت إلى أن خطأ كبير ويؤثر سلباً على الصحة. ولفتت إلى أن المشروبات داكنة اللون تسبب تغير لون الأسنان، لذا كلما ترك كيس الشاي في الكوب أصبح لون الأخير داكناً أكثر وأثر على الأسنان.

كذلك أوضحت الدراسة أن ذلك يسبب ارتفاع مستوى الكافيين في الكوب، ما ينعكس سلباً على الصحة.

لذا نصح الباحثون بعدم ترك كيس الشاي في الماء المغلي لأكثر من 5 دقائق.