

# 5 Macam Teh

yang **Wajib Kamu Coba!**





# Temukan Pesona Setiap Jenis Teh

**Teh** adalah minuman yang dinikmati di seluruh dunia, dengan berbagai rasa, manfaat, dan cara penyajian. Tapi, tahukah kamu bahwa setiap jenis teh punya cerita dan keunggulan unik?

Yuk, kita mulai perjalanan mengenal 5 jenis teh yang penuh pesona ini!





# 1. Teh Hijau

## "Teh Hijau: Segar dan Kaya Antioksidan"

- Mengandung katekin yang baik untuk melawan radikal bebas.
- Dipercaya dapat meningkatkan metabolisme tubuh, sehingga sering dijadikan bagian dari program diet sehat.
- Rasanya ringan dan sedikit pahit, cocok dinikmati hangat atau dengan es batu untuk sensasi menyegarkan.





## 2. Teh Hitam

### "Teh Hitam: Klasik dan Beraroma Kuat"

- Kaya akan polifenol yang dipercaya dapat menjaga kesehatan jantung dan pembuluh darah.
- Mengandung kafein lebih tinggi dibanding teh hijau, membuatnya menjadi pilihan untuk mengawali hari.
- Cocok dipadukan dengan susu (menjadi teh tarik) atau dengan lemon untuk rasa yang segar.





## 3. Teh Oolong

### "Teh Oolong: Perpaduan Manis dan Pahit"

- Proses semi-fermentasi memberikan rasa yang unik, campuran antara teh hijau dan teh hitam.
- Mengandung nutrisi yang baik untuk kesehatan kulit dan membantu menurunkan kadar kolesterol.
- Rasa aromatiknya membuatnya nikmat diminum tanpa tambahan gula.





## 4. Teh Herbal

### "Teh Herbal: Tanpa Kafein, Penuh Rasa"

- Dibuat dari campuran bunga, daun, buah, atau rempah-rempah, seperti chamomile, peppermint, atau hibiscus.
- Manfaatnya tergantung pada jenisnya:
  - **Chamomile:** Membantu relaksasi dan tidur.
  - **Peppermint:** Membantu meredakan gangguan pencernaan.
  - **Hibiscus:** Baik untuk menurunkan tekanan darah.
- Tidak mengandung kafein, cocok untuk dinikmati kapan saja.





## 5. Teh Putih

### "Teh Putih: Halus dan Beraroma Lembut"

- Terbuat dari daun teh muda yang minim proses pengolahan, sehingga kandungan antioksidannya sangat tinggi.
- Memiliki rasa ringan dan lembut, sering digambarkan sebagai teh paling murni.
- Mendukung kesehatan kulit dan kekebalan tubuh.





# Kamu suka yang mana? Tulis di kolom komentar ya...

Budayakan Cek KLIK ( Cek Kemasan, Label, Izin Edar, dan Kedaluwarsa ) sebelum membeli produk olahan Teh dalam kemasan.



**Bagikan** ke teman  
yang membutuhkan



**Simpan** untuk  
dicoba nanti



# Temukan Info Lebih Lanjut Di BPOM Mobile



## Scan Produk

Verifikasi produk terdaftar di Badan POM melalui scan 2D barcode



## Pengaduan

Melaporkan produk diduga palsu dan melaporkan keluhan produk



## Cek NIE

Verifikasi obat dan pangan dengan pencarian berdasarkan kategori



## Berita

Berita atau penjelasan terbaru terkait pengawasan obat dan pangan



## Link Aplikasi

Link menuju aplikasi BPOM Mobile



## Lapor Iklan

Melaporkan hasil pemantauan iklan olah produk pangan olahan



## Sirop Aman

Informasi daftar sirop aman dikonsumsi beserta detail produk



## E-Penjelasan Public

Informasi produk yang ditarik dari peredaran beserta alasan penarikan



GET IT ON  
Google Play



Download on the  
App Store

