

手搖飲品都可以飲得健康！3間「少糖星期五」茶飲店推介

近年台式茶飲店盛行，加上炎炎夏日，唔少人行街都會買一杯手搖茶飲邊行邊飲，但大家又會唔會忽略當中糖分呢？根據世界衛生組織建議，以一個每日攝取 2000 千卡能量嘅成年人為例，每日游離糖攝取量應少於 50 克(約 10 粒方糖)，所以隨時飲一杯大杯裝再加重珍珠嘅手搖茶，隨時會超越每日糖分攝取量。為了鼓勵大家一齊減糖，全港 11 個茶飲品牌共 80 間茶飲店已參加「少糖星期五」計劃！由 8 月 21 日起逢星期五，只要去參加「少糖星期五」嘅茶飲店購買指定減糖或無糖飲品，即可以減 HK\$2！慳錢得嚟又健康！計劃為期約 8 個月，參加嘅茶飲店將每月持續更新。今次就介紹其中三間參加咗「少糖星期五」嘅茶飲店畀大家，享受到茶飲滋味外又健康啲。

不要對我尖叫，日常茶間

台灣型格茶飲品牌不要對我尖叫，日常茶間，一直嚴守台灣老茶莊配方，為大家帶來餘韻濃厚嘅茶茗。近日品牌趁住炎炎夏日於香港再添新店，選址大角咀利奧坊。



四季春選用來自台灣南投嘅青茶，茶味清香，入口滑潤溫和，口感甘醇順口。用純茶來代替有糖嘅茶飲係一個唔錯嘅選擇。



想特別一點，雨林紅係位於高海拔嘅樹種，因為環境特性關係，茶香中自然帶點果香味，口感層次豐富，溫順濃郁，清新得嚟帶點水果嘅酸甜。



奶茶一向都畀人邪惡嘅感覺，但阿薩姆鮮奶茶使用阿薩姆紅茶為基底，有濃烈嘅麥香味，搭配口感香醇嘅牛乳，茶味及奶味都恰到好處，而且叫微糖就已經好好飲。

