

Одним из самых популярных напитков в мире является чай. Также он занимает одни из первых мест в списках полезных продуктов. Последние исследования говорят о том, что чай даже зубы защищает от разрушения. Для достижения оптимального эффекта нужно выпивать по три-четыре чашки чая в день