



## Alles über Tee ☉ Der Name Tee

Das Wort **Tee** ist eines der wenigen [vielleicht das einzige] Wort, das ursprünglich aus dem Chinesischen stammt und heute in fast allen Sprachen der Welt vorkommt.

chá tea Tee 차 thé شاي çay 茶 te tee тоа чай teh चाय čaj tae tè 차 thee چای té תה herbata



Das chinesische Schriftzeichen **Te** für Tee bezeichnet eher die Pflanze, als das Getränk. Es enthält das Zeichen für Baum und ähnelt dem Zeichen für Distel. Der holländische thee, der französische thé, italienische tè und der deutsche Name Tee [bis 1906 auch hierzulande noch Thee] sind aus dem südchinesischen Schriftzeichen Te [links] abgeleitet [früher wurde der Tee über den Seeweg aus Südchina nach Europa geliefert], während die nordchinesische Bezeichnung Chá [Mandarin: Tscha] die Grundlage für die Tee-Namen in Indien [Chai], Russland, der Türkei und im arabischen Raum [Tschai], die ursprünglich nordchinesischen Tee auf dem Landweg erhielten

Bereits vor 2700 v. Chr. [also **vor ca. 5000 Jahren**] wird der Teebaum in **China** beschrieben [zuerst meist als Grüntee, später erst als Schwarztee benutzt]. Erst 500 n. Chr. bringen ihn Mönche auch nach **Japan**, das ja heute bei vielen Menschen ein Inbegriff für Tee ist.

Etwa um 1600 gelangt schwarzer Tee durch die berühmte **holländische Ostindien-Compagnie** nach **Europa**. [Die Bezeichnung "Orange" in manchen Teeblattnamen stammt vom holländischen "Oranje" für königlich. Danach gründeten die Engländer ihre eigene **British East India Company** und hatten so viele Jahre das Teemonopol.

1836 wurden Teepflanzen ins damalige **Bengalen** [heute Indien] geschmuggelt und 4 Jahre später der erste Tee geerntet. Darjeeling-Tee aus Indien ist heute eine begehrte Teesorte. Nach Vernichtung der Kaffeeplantagen auf der Insel **Ceylon** [heute Sri Lanka] durch den Kaffeerost [schädlicher Pilz] stellten die Briten 1876 die Insel auf Teeanbau um. Auch heute nennt man die Tees von hier meist Ceylon-Tee.

## Alles über Tee ☉ Teekonsum

Der möglicherweise **teuerste Grüntee der Welt** kommt aus **China**. Man muss bis zu unglaublichen **25.000 € pro Pfund** für die erste Frühjahrsernte berappen. Der Tassenpreis läge so bei ca. 350 €. [Spartipp: Die Herbsternste bringt es nur auf "schlappe" 8.000 Euro pro 500 g, zwischenzeitliche Ernten teilweise nur 2500 € je Pfund.] Sein Geschmack soll wirklich sehr ausgezeichnet sein, denn das Besondere liegt daran, dass die Teepflanzen mit dem Kot von **Pandabären** gedüngt werden. Diese fressen von früh bis spät Bambus, wobei etwa 70% der Inhaltsstoffe nach dem Ausscheiden noch erhalten blieben. So ist das ein hervorragender Dünger. Bedenkt man, wie wenige Pandas es noch gibt, ist der Dünger echte eine Rarität.

## Alles über Tee ☉ Die Teekonsumenten

Die größten **Teeverbraucher** [2020; in **Kilogramm pro Kopf und Jahr**] sind die **Türkei** [2,7], **Brasilien** [2,4], **China** [1,4], **Sri Lanka** sowie **Singapur** [je 1,3], **Hongkong**, **Russland** sowie **Großbritannien** [jeweils rund 1,2 kg im Jahr]. Für die Türkei ergibt das beispielsweise fast 295 Liter pro Kopf und Jahr. Spitzenreiter ist **Ostfriesland** mit 300 Litern jährlich [Deutschland liegt mit 28 Litern Schwarz- und Grüntee weit hinten in der Weltrangliste, davon ¾ aus Teebeuteln]. Laut Teereport 2020 des Deutschen Teeverbandes werden in Deutschland pro Tag 129 Mio. Tassen Tee getrunken. Tee ist das wohl beliebteste Getränk der Welt, denn in den letzten 100 Jahren hat sich die Teeproduktion laut Deutschem Teeverband verzehnfacht. Die größten **Teeimporteure** waren 2018 **Pakistan** [204.000 t], **Russland** und **Großbritannien**. Deutschland importierte nur rund 51.000 t Tee, vor allem aus Indien, China, Afrika und Sri Lanka.

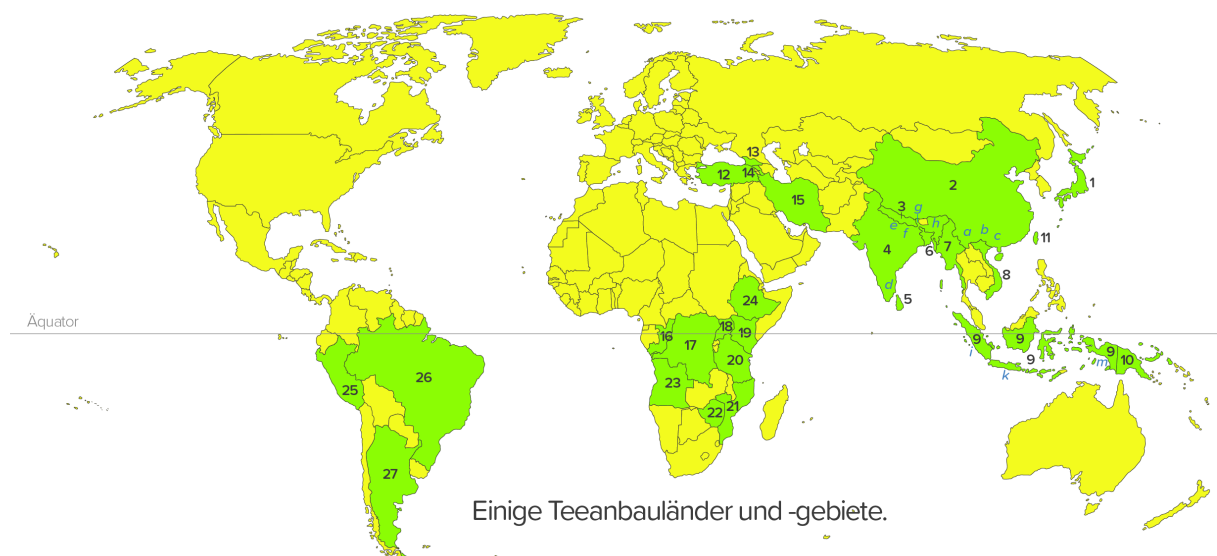
Quelle: <https://de.wikipedia.org/wiki/Tee> 2021





## Alles über Tee ☉ Teeanbaugebiete

Grüntee, Schwarztee, Oolong, weißer sowie gelber Tee stammen von ein und derselben Pflanze, die in vielen wärmeren Regionen der Erde wächst.



1 **Japan**, 2 **China** [a–Yünnan, b–Szechuan, Keemun, c–Amoy Kwantung], 3 **Nepal**, 4 **Indien** [d–Südindien Nilgiri, e–Dehra Dun, f–Kachar, g–Darjeeling, h–Assam], 5 **Sri Lanka**, 6 **Bangladesch**, 7 **Myanmar**, 8 **Vietnam**, 9 **Indonesien** [i–Sumatra, k–Java, m–Neuguinea], 10 **Papua Neuguinea**, 11 **Taiwan**, 12 **Türkei**, 13 **Georgien**, 14 **Armenien**, 15 **Iran**, 16 **Kongo**, 17 **Demokratische Republik Kongo**, 18 **Uganda**, 19 **Kenia**, 20 **Tansania**, 21 **Mosambik**, 22 **Simbabwe**, 23 **Angola**, 24 **Äthiopien**, 25 **Peru**, 26 **Brasilien**, 27 **Argentinien**

Die **Weltproduktion** an Tee lag 2019 jährlich bei knapp **6 ½ Millionen Tonnen**. Den meisten Tee bauen **China** [2,77 Mio. Tonnen], **Indien** [1,39 Mio. t], Kenia [0,45 Mio. t], **Sri Lanka** [0,3 Mio. t], **Vietnam** und die **Türkei** [jeweils rund 0,26 Mio. t] an. Die größten Teeexporteure sind China, Kenia und Sri Lanka. Das **Exportvolumen** betrug weltweit 2018 ca. 2,1 Millionen Tonnen.

Angaben laut Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation der Vereinten Nationen FAO, Quelle: wikipedia.de, 2021

## Alles über Tee ☉ Einige spezielle Anbauländer

In **Japan** gedeihen sehr exklusive Grüntees [Sencha], oft in kleinen Teegärten. Zur Teezeremonie benutzt man Matcha, einen pulverisierten Grüntee. Auch aus dem Ursprungsland des Tees, aus **China**, kommen hochwertige und schmackhafte Grün- und Schwarztees. Hauptanbaugebiete liegen u.a. nördlich und südlich des Flusses Jangtse sowie in Süd- und Südwestchina. Und Nepal hat viele kleine Teegärten an den Hängen des Himalayas mit sehr hochwertigen Tees.

Aus dem Anbaugebiet **Darjeeling** in **Indien** kommen hochwertigste, helle, aromatische und fein-milde Schwarztees von den Hängen des Himalayas bis aus 3000 m Höhe. Die Bezeichnung "Königin des Tees" ist nicht übertrieben. Aber auch Darjeeling-Grüntee trinkt man gern. Die erste Frühjahrspflückung im Jahr [first flush] ist besonders aromatisch. Aus dem größten Teeanbaugebiet der Welt in Nordindien zwischen Tibet und Myanmar zu beiden Seiten des Brahmaputra-Flusses, dem indischen **Assam**, kommen dunkle, kräftige und malzige Tees, die auch Hauptbestandteil der Ostfriesischen Mischung sind.

**Ceylon-Tee** aus dem Hochland von **Sri Lanka** ist herb, spritzig und aromatisch mit goldener bis kupferroter Tasse; Spitzenqualitäten erntet man im Sommer und Winter. Und aus **Bangladesch** kommen delikate und großblättrige Tees, die einen guten Frühstückstee ergeben. Tees aus **Afrika** sind meist sehr kräftig und ergiebig, so dass man sie häufig für Teebeutel nutzt.

Aus **Vietnam** kommen malzige und kräftige Schwarztees [Geheimtipp] und ebenso recht kräftige Grüntees. Unter Leitung der Japaner baute man in **Brasilien** eine Teeproduktion guten Erfolgs auf.



## Alles über Tee ○ Die Teepflanze [Botanisches]

Teepflanzen sind **immergrüne Bäume** oder Sträucher; ihre Höhe ohne Rückschnitt kann bis zu 15 m erreichen. Eine Teepflanze wird bis zu **70 Jahre alt**. Nach ca. 5 Jahren entwickelt sich aus Jungpflanze ein Teestrauch, den man regelmäßiger beschneidet [etwa auf Bauchhöhe], um leichter pflücken zu können.

**Teeblätter** werden je nach Art bis zu 15 cm lang. Die jüngsten Endknospen sind silbrig-weiß behaart [besonders im Weißtee noch sichtbar – daher auch der Name].

Die Pflanze hat kleine **Blüten** [weiß bis rosa] und kleine hartschalige **Kapselfrüchte**; dadurch ist auch geschlechtliche Fortpflanzung über Samen möglich [heute kaum noch gebräuchlich, sondern meist ungeschlechtlich durch Stecklinge, damit die Pflanzeigenschaften erhalten bleiben].

Die Teepflanze hat tiefe **Pfahlwurzeln**, die auch vor Bodenabtragung schützen und die Hänge stabilisieren.

Die Teepflanze gehört der Familie der **Teestrauchgewächse**, Gattung **Kamelien** und der Art **Camellia sinensis** mit einigen Varietäten [Unterarten] an ...

Chinesischer Tee	Assamtee
Camellia sinensis var. sinensis	Camellia sinensis var. assamica
highgrown [bis 3000 m Höhe]	lowgrown [in tieferen Lagen]
kleine, dicke, dunkelgrüne Blätter	große, 15 cm lange und 10 cm breite Blätter
leicht frostbeständig, gemäßigteres Klima	Tropengewächs, Wärme liebend
ohne Rückschnitt maximal 3-4 m hoch	ohne Rückschnitt bis 15 m hoch
langsam wachsend	schnellwüchsig
mildes, feines Aroma	eher kräftiges Aroma
z.B. Tees aus China, Nepal, Sri Lanka und Darjeeling [Indien]	z.B. Tee aus Assam in Indien

## Alles über die Teepflanze ○ Züchtungen

Durch vielfache Kreuzung der Urteepflanzen von chinesischem und Assamtee [**Assamhybride**] erhielt man die Grundlage fast aller Teekulturen, um ein feineres Aroma zu bekommen und Widerstandsfähigkeit zu bewirken [Nachteile durch vegetative Weitervermehrung möglich]. Folge ist aber auch, dass die ursprünglichen Varietäten allmählich von den Plantagen verschwinden. Ungeschlechtlich Vermehrung ermöglicht die Erhaltung der gewünschten Merkmale.

Eine geschlechtliche Vermehrung über Früchte und ihre Samen findet so kaum noch statt. Nur diese würde innerhalb der Art Vielfalt garantieren [Neukombinationen von Erbgut möglich].

## Alles über die Teepflanze ○ Genetik

Das Erbmaterial der Teepflanze *Camellia sinensis* zu entschlüsseln, war schwierig. Das Erbmaterial besteht zu 80,9% aus DNA-Sequenzen, die sich hundertfach wiederholen. Das Zusammensetzen des Puzzles gestaltete sich daher kompliziert. \* Bei *Camellia sinensis* var. *assamica* im Südwesten Chinas stellte man einen Chromosomensatz [diploid] von 30 Chromosomen je Zelle fest. \*\*

Quellen: \* [pflanzenforschung.de](http://pflanzenforschung.de) (Woher kommt der vielfältige Geschmack?), \*\* [cell.com](http://cell.com) (The Tea Tree Genome ...)





Teeblüte und -knospen.



Teefrucht.





Two leaves and the bud (2 Blätter und die Blattknospe; wird bei der Ernte gepflückt)



Teeziegel [Pu-Erh-Tee], Teebesen und Teeschalen.



## Alles über Tee ○ Jedes Blatt hat seinen Namen

Bei der Handpflückung nimmt man nur **Two leaves and the bud**, also die beiden obersten Blätter und die Blattknospe. Häufig findet man Abkürzungen auf Teeverpackungen, wenn man Hinweise auf die Teequalität und verwendete Blattgrade geben will. Der Teegeschmack eines Broken-Tees [nur noch kleine Blatt-Teilchen] muss übrigens nicht unbedingt schlechter sein als der eines Blatt-Tees, bei dem aber noch die Struktur der Teeblätter erkennbar ist. In jedem Fall haben die Blätter der Teepflanze bestimmte Bezeichnungen ...

Über den guten **Teegeschmack** entscheidet nicht nur der **Blattgrad**, sondern ebenso das Anbaugebiet, Klima und Pflückzeit (Saison), Anteil der Blattknospen oder älteren Blätter, Erntemethode, Ziehzeit, Wasserhärte, Teeart bzw. -varietät etc.



## Alles über Tee ○ Die Blattqualitäten

Teilchengröße zunehmend

Blatt – Tees	
FTGFOP 1	Finest Tippy Golden Flowery Orange Pekoe 1 (1= die beste Aussiebung dieses Blattgrades) ▶ <i>kleine Blattspitzenpartikel erkennbar; dünnes Blatt, wenig Gerbstoffe; aromatisch und vollmundig feines Aroma</i>
TGFOP	Tippy Golden Flowery Orange Pekoe
GFOP	Golden Flowery Orange Pekoe
FOP	Flowery Orange Pekoe ▶ <i>weißer Knospenflaum noch sichtbar</i>
OP	Orange Pekoe ▶ <i>langes, drahtiges Blatt</i>
P	Pekoe ▶ <i>mehr Blattrippen, kräftiger</i>
Broken – Tees	
TGFBOP	Tippy Golden Flowery Broken Orange Pekoe ▶ <i>feinaromatischer Tee; sauberes gut gerolltes Blatt</i>
TGBOP	Tippy Golden Broken Orange Pekoe
GFBOP	Golden Flowery Broken Orange Pekoe
GBOP	Golden Broken Orange Pekoe
FBOP	Flowery Broken Orange Pekoe (z.T. BOPF aus Sri Lanka)
BOP	Broken Orange Pekoe ▶ <i>kräftig, weniger blumig</i>
BP	Broken Pekoe
Fannings, Dust	
GOF	Golden Orange Fannings bzw. Golden Fannings ▶ <i>weniger Blattmaterial</i>
FOF	Flowery Orange Fannings
BOPF, BF, GF	Golden Fannings, Pekoe Fannings, Broken Orange Pekoe Fannings ▶ <i>Blattstengel und -rippen, noch weniger Blattmaterial</i>
PD	Pekoe Dust ▶ <i>Teestaub</i>



Assam	indisches Teeanbaugebiet am Brahmaputra; dunkle, aromatische Tees; Hauptbestandteil der Ostfriesischen Mischung
Assamhybride	mehrfach wiederholende Kreuzung der beiden Urteepflanzen ( <i>Camelia sinensis</i> und <i>assamica</i> ), wobei hier die Assam-Merkmale dominieren; feinere, aromatischere und widerstandsfähigeren Arten gehen daraus hervor; Grundlage der meisten Teekulturen der Welt
Autumnal	Herbsternte; feines Aroma, helle Tasse, sehr delikat
Blatt-Tee	Struktur der Teeblätter noch erkennbar; ganze Teeblätter bzw. mehr oder weniger größere Stücke
Blend	Mischung [ <a href="#">hier</a> Mischen von verschiedenen Teesorten]
Broken Tea	gebrochener Tee [Blattstruktur nicht mehr sichtbar], klein(st)e Blattteilchen
Buttertee	fett- und eiweißreiches Getränk aus Yakmilch-Butter, Salz und Schwarztee in Himalaya-Regionen (Bhutan, Nepal, Tibet)
Chasen	japanischer Bambus-Teebesen mit gekrümmten Enden zum Teeaufschäumen
Chawan	Traditionelle japanische Matcha-Teeschale zum Aufschäumen des Matcha-Tees mittels Teebesen [ <i>Matcha siehe nächste Seite</i> ]
Chashaku	japanischer Matchalöffel [für Teepulver] aus Holz/Bambus
Choice	Auswahl, Wahl
Darjeeling	nordindisches Teeanbaugebiet an den Hängen des Himalaja [in ca. 2000 m Höhe] mit edelsten und kostbarsten Tees der Welt; mild-liebliches Aroma
Dust	Teestaub [meist für Teebeutel verwendet]
Earl Grey	mit dem aus einer Zitrusfrucht stammenden Bergamotteöl aromatisierter Tee [altes chinesisches Rezept], benannt nach Edward Grey, Earl of Fallodon, der 1905–1916 der britische Außenminister war
Estates	nennt man in Sri Lanka (Ceylon) die Teeplantagen
Fannings	Teesortierung, die meist nur Blattstängel enthält; kleinere Teilchen
Fermentation	Oxidationsprozesse durch Luftsauerstoff und Teeblatt-Enzyme; Ursache der Bräunung
fine	fein [oder finest für feinste]
First Flush	Frühjahrsernte; besonders hochwertige Tees (bis zu 300 Euro pro Kilogramm); sehr aromatisch mit etwas grünlichem Aufguss
Flowery	jüngstes Blatt [Blattknospe] ist im „Aufblühen“, daher blumiges Aroma
Flugtee	aus der Anbauregion frisch per Flugzeug eingeflogener Tee
Garden	Garten [ <a href="#">hier</a> Teegarten; sehr kleine Teeanbaufläche]
Gelber Tee	kostbarer chinesischer Weißtee, der nicht sofort verarbeitet wird und so von allein leicht fermentiert
Genmaicha	japanischer Grüntee mit Zusatz von geröstetem Vollkornreis
Golden	goldbraune Spitze der Blätter [meist auf Blattknospe bezogen]
Grüntee	unfermentierter Tee, auch <i>grüner Tee</i>





Gunpowder ▶	chinesischer Grüntee mit kugelig gerolltem Blatt [übersetzt „Schießpulver“]
high grown ▶	Hochlandtee
Hybride ▶	[auch Mischlinge, Bastarde] Nachkommen, die aus der Kreuzung <u>verschiedener</u> Gattungen, Arten oder Unterarten hervorgehen
Leaf ▶	engl. Blatt [ <i>Mehrzahl: leaves</i> ]
Matcha ▶	Grünteepulver [gemahlener Tee], wie es z.B. zur japanischen Teezeremonie oder in China benutzt wird; meist teuer
medium grown ▶	Tee aus mittleren Höhenlagen
low grown ▶	Tee aus tieferen Lagen
Oolong ▶	halbfermentierter Tee, Abbruch der Fermentation durch Rösten [Erhitzen]
Orange ▶	englisch; abgeleitet vom niederländischen „Oranje“ [= königlich, also: königlicher Tee]
Pekoe ▶	ursprünglich Blattgrad; ansonsten das 3. Blatt oder Pflückung von 2 Blättern + Blattknospe [„Two leaves and the bud“]
Pu Erh Tee ▶	nachfermentierter und zu Fladen oder Teeziegeln gepresster Tee, der sehr lange [je länger gereift, umso teurer und besser; auch 50 Jahre und mehr]
Rauchtee ▶	Teeblätter werden mit bestimmtem Holzrauch geräuchert
Regentee ▶	Tee, der in der Monsunzeit im August geerntet wird [bread-and-butter-tea; wenig ausdrucksstark, flaches Aroma]
Second Flush ▶	2. Teeernte [im Sommer]; kräftiger Tee; besonders haltbar
selected ▶	ausgewählt(e)
Semi-Leaf Tea ▶	Halbblatttee [liegt zwischen OP und BOP]
Sencha ▶	edler japanischer Grüntee aus kühlerem Klimabereich
Silver Needle ▶	Weißtee; silbrig behaarte Knospenspitzen erkennbar
Souchong ▶	chinesische Bezeichnung für größte Teesorten sowie für das 4. Teeblatt
Tea ▶	Tee; botanisch Pflanzenart <i>Camellia sinensis</i> mit einigen Unterarten
Teeblume [Teerose, Teeblüte] ▶	traditionelle Teekunst aus China, bei der in Grünteeblätter und hochwertige Blüten [z.B. Jasmin] kunstvoll zusammengebunden werden; mit nicht mehr ganz kochendem Wasser aufgegossen, "entfalten" sie sich [gibt es auch bei uns im Weltladen]
Teeziegel ▶	aus China; zu einem Block gepresster Schwarztee, meist gereifter Pu-Erh-Tee [Ziegeltee], von dem man ein Stück abbricht, um daraus Tee aufzubrühen
Tips, Tippy ▶	Blattspitzen [=Tips]; Tippy: Braune Teilchen der Blattspitzen im Tee erkennbar; Blattspitzen haben wenig Zellsaft und werden so beim Fermentieren kaum dunkel
Weißer Tee, Weißtee ▶	chinesischer Spitzentee aus den stark silbrig behaarten Blattknospen bzw. Triebspitzen von hochwertigen Teesorten; der einfach wie Heu getrocknete und im Prinzip so unfermentierte Tee hat eine weiß-silberne Farbe







## Alles über Tee ○ Klima und Entwicklung der Teepflanze

Teepflanzen wachsen als **Dauerkultur** an Hochlandhängen. Man kultiviert sie meist in **Monokulturen** [d.h. außer ihnen wachsen keine anderen Pflanzen auf der Plantage]. Das begünstigt allerdings Schädlinge oder Krankheiten. Nur in den kleinen Teegärten z.B. Nepals und Japans sowie im Bio-Anbau setzt man auf Mischkulturen.

Sie brauchen viel **Wasser** und lieben **feuchtes, mäßig-warmes bis tropisches Klima** [Monson-klima] und sind sehr anspruchsvoll bezüglich des Nährstoffangebotes. In der Regel pflanzt man zwischen die Teesträucher **Schattenbäume** [shade trees]. Tee gedeiht am besten auf lockerem, humusreichem und saurem Boden.







Entweder sät man **Samen** aus [geschlechtliche Fortpflanzung] oder vermehrt die Teepflanzen durch **Stecklinge** [ungeschlechtlich], um die Pflanzeigenschaften beizubehalten. Nun müssen sich die **Jungpflanzen** 2 Jahre entwickeln, werden dann auf die Plantage verpflanzt und müssen alle 4-6 Jahre zurückgeschnitten werden.

## Alles über Tee ○ Teeanbau im Vergleich

konventioneller Teeanbau [herkömmlich]	ökologischer Teeanbau [nachhaltig]
Monokulturen auf großen Plantagen, oft Assamhybride [siehe S. 7]	kleine verstreute Anbauflächen mit Mischkulturen; weniger Hybride, mehr ursprüngliche Arten
großbäuerliche Produktion, Teeplantagen	kleinbäuerliche Bewirtschaftung, Teegärten
zuweilen maschinelle Bearbeitung [Assam-Plantagen] oder Erntehilfsgeräte	Pflege überwiegend und Ernte immer per Hand
massenhafter Einsatz von Pestiziden, Insektiziden und Chemiedüngern nötig	keine chemischen Mittel erlaubt [je nach Bio-Siegel]
Verarbeitungshilfs- und Konservierungs-Chemikalien erlaubt	künstlich zugesetzte Verarbeitungshilfs- und Konservierungsmittel verboten
ohne Siegel	tragen mindestens ein Bio-Siegel

## Alles über Tee ○ Bio-Teeanbau

Einige Bio-Siegel...

<p>Deutsches Biosiegel</p> 	<p>EU-Biosiegel</p> 	<p>Einige Siegel von Bio-Anbauverbänden</p> <div>     </div>
--	---	---

Die Biosiegel der Anbauverbände garantieren wesentlich strengere Anbauvorschriften als das deutsche und das EU-Siegel.



Erfahrene Mütter geben ihren Babys **bei Magen-Darm-Verstimmungen** etwas Schwarztee zu trinken. Tee wirkt **gegen Bakterien**, regt an und ist außerdem sehr gesund. Nach Wasser ist Tee das am meisten getrunkene Getränk weltweit – pro Sekunde werden auf der Welt etwa 15.000 Tassen getrunken. Teegenuss ist aktiver Gesundheitsschutz. Über 3 Milliarden Erdbewohner:innen trinken täglich Tee.

Grundsätzlich ist **Grüntee** durch die **schonendere Zubereitung** sowie **fehlende Fermentierung** noch gesünder als Schwarztee. Ähnliches gilt für Weißtee. Dennoch ist auch **Schwarztee** ein Gesundheitsquell. Und wer sich nicht entscheiden kann, nimmt Oolong, den halbfermentierten Tee. Tee enthält stets anregendes **Koffein** [man nennt es oft Tein (Teein)], aber weniger als Kaffee.

Tee ist somit u.a. **kalorienfrei**, **reduziert Karies**, **zerstört Bakterien** sowie Viren und ist **blutdrucksenkend** [kräftigt Blutgefäße]. Und nicht nur die Chinesen meinen, er mache auch **weise**. Die **Catechine** im Tee wirken krebsvorbeugend; Antioxidantien binden freie Radikale im Körper. Allerdings sind die Catechine auch die Stoffe, die dem Tee den bitteren Geschmack verleihen. Es handelt sich um typische sekundäre Pflanzenstoffe, die im Tee recht reichlich vorhanden sind. Der Catechingehalt von Grüntee ist bis zu 10-fach höher als bei Schwarztee (werden beim Fermentieren abgebaut). Sie gehören zu den **Flavonoiden**, die z.B. auch die gelbe, rote oder violette Farbe bei Früchten bzw. Pflanzenteilen oder verschiedene Blütenfarben verursachen. Flavonoide wirken u.a. blutdrucksenkend, entzündungshemmend, krebsvorbeugend, antibiotisch und begünstigen die kognitiven Fähigkeiten. Sie verringern das Krebsrisiko und das Risiko von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

**Ölige Schlieren** auf dem Tee zeugen von recht hartem Wasser [je weicher, umso besser das Teearoma]. Sie sind normal und beeinträchtigen Teegenuss und Gesundheit nicht.

**Milch** allerdings hebt die positive entspannende Wirkung auf Arterien und den erhöhten Blutdurchfluss nahezu wieder auf [daher Tee nicht mit Milch trinken].

Inhaltstoffe	Wirkung sowie Erläuterungen
<b>Koffein</b> [Coffein; bei Tee auch <i>Tein, Teein, Thein</i> genannt] 1,4-4% <i>pro Tasse [125 mL] 60-120 mg</i>	<b>anregend</b> und <b>belebend</b> durch stärkere Hirndurchblutung; erhöht Konzentration und Leistungsfähigkeit [zu große Mengen Coffein sind aber nicht so günstig]; regt die Magensaftproduktion an
<b>Säuren</b>	viele wertvolle <b>Aminosäuren</b> [besonders Theanin] und <b>Phosphorsäure</b> enthalten
<b>Flavonoide</b> , Gerbstoffe [Polyphenole, z.B. Catechine], 12-17 %	<b>sekundäre Pflanzenstoffe</b> ; wirken antibakteriell; lindern Magen- und Darmbeschwerden; je länger der Tee zieht, umso mehr Gerbstoffe werden frei und somit beruhigender; Anregung der Verdauung; senken Herzinfarktrisiko, Blutdruck und Cholesterinspiegel [Polyphenole sind sog. Radikalfänger, die schädliche Teilchen abfangen, die z.B. Krebs fördern können]
<b>Phenolsäuren</b>	<b>sekundäre Pflanzenstoffe</b> , die das Krebsrisiko senken
<b>ätherische Öle</b>	ca. 400 verschiedene <b>Duft- und Aromastoffe</b>
<b>Mineralien</b>	z.B. <b>Fluor</b> [gut für die Zähne], <b>Mangan</b> sowie <b>Kalium</b> [ersetzt so Mineralstoffverlust nach Sport oder schwerer Arbeit], zudem Calcium, Magnesium, Kupfer, Phosphor u.a.
<b>Vitamine</b>	besonders B-Vitamine [wichtig u.a. für Haut, Augen und Nerven] und Vitamin A [bedeutsam u.a. für die Augen]



## Alles über Tee ☉ Teepflücker:innen und Teehandel

Die Arbeit der Teepflücker:innen ist sehr hart. Sie erhalten im **konventionellen** [herkömmlichen] **Teehandel** keinen gerechten Lohn dafür – das ist der Alltag.

Teepflücken ist in der Regel **Frauenarbeit**, während die Männer meist in den Teefabriken arbeiten. Die Frauen pflücken pro Tag **16-25 kg Teeblätter**. 1 kg Fertigtee enthält etwa **80.000 Blattknospen**, d.h. 80.000-mal pflücken für ein Kilo Tee. Kannst du dir vorstellen, was für ein Berg 30 kg Blätter sein müssen? Und bereits 16 kg sind eine riesige Menge, die nur mit viel Erfahrung und einem Arbeitstag von Sonnenaufgang bis Sonnenuntergang zu schaffen ist.

Mindestens **4 kg Teeblätter** benötigt man, um **1 kg** Grüntee, Oolong oder Schwarztee herzustellen. 16 Kilogramm ergeben somit 4 kg Fertigtee.

Tagelöhner:innen auf Plantagen <b>Konventioneller Teehandel</b>	Kleinbäuerinnen/-bauern in Kooperativen <b>Fairer Teehandel</b>
<b>Pflücklohn</b> → für 4 kg Teeblätter [also 1 kg Fertigtee] erhält die Pflückerin durchschnittlich nur ca. 30 Eurocents im konventionellen Teehandel [pro Tag insgesamt knapp 3 €], in Regenzeiten allerdings gar nichts - das reicht für eine ganze Familie nicht hinten und nicht vorne	<b>Fairtrade-Prämie</b> → je nach Sorte werden an die Kooperative 1,20 – 1,70 € pro Kilogramm Fertigtee gezahlt; einen Großteil davon erhalten die Pflückerinnen bzw. Fabrikarbeiter [Lohn über dem gesetzlichen Mindestlohn bzw. regionalem Durchschnitt], wovon sie und ihre Familien auch leben können
<b>Kinderarbeit</b> → ist an der Tagesordnung; keine Berufschancen, keine Schulbildung, keine gute Zukunftsperspektive, gesundheitliche Schäden	<b>keine Kinderarbeit</b> → Arbeit für Kinder unter 15 ist verboten und über 15 Jahre darf die Schulbildung nicht beeinträchtigt werden; Schule im Dorf, Kinder lernen Lesen sowie Schreiben und haben daher gute Berufschancen
<b>Bedingungen</b> → sehr harte und schlechte Arbeitsbedingungen, schlechte Hygiene	<b>Bedingungen</b> → harte Arbeit, aber bessere Arbeitsbedingungen sowie Gesundheitsfürsorge
<b>Chemikalieneinsatz</b> → Pflanzenschutzmittel, Chemiedünger etc.	<b>kein Chemieeinsatz</b> → bei Bio-Anbau
<b>Akkordarbeit</b> → mindestens 12 Stunden schwere körperliche Arbeit täglich bei extremen klimatischen Bedingungen	<b>Maschinen, LKW</b> → Genossenschaften können sich Maschinen leisten, weniger körperlich schwere Arbeit
<b>schlechter Lohn</b> → kein Geld für Ernährung, Schule, Medikamente etc.	<b>gerechter Lohn</b> → bessere finanzielle Situation der Bauernfamilien
<b>kein Kredit</b> → keine Mittel für menschenwürdiges Leben	<b>Kredite möglich</b> → Kleinstkredite für Kleinbauern möglich [z.B. um das Dach zu decken]
<b>Verarbeitungskosten</b> → pro Kilogramm ca. 1,65 € [man bezahlt aber im Laden etwa 20 € je kg; den Rest teilen sich Tee-Konzerne und Zwischenhändler]	<b>Verarbeitungskosten</b> → pro Kilogramm ca. 1,65 € [enthält Fairhandelsaufschlag und auch Bioprämie]
<b>Preisbildung</b> → durch Auktionen [Auktionäre verdienen auch noch mit] - Teepflücker:innen sind anonym	<b>Preisbildung</b> → garantierter Mindestpreis für die Kooperative; Direktkontakt der Fairhandelsgesellschaft zur Kooperative; Teepflücker:innen sind namentlich bekannt
<b>Entwicklungsprojekte</b> → werden <u>nicht</u> gefördert	<b>Entwicklungsprojekte</b> → werden gefördert [z.B. Schulen und Gesundheitsstationen, Wasserleitungen, Kleinstkredite für Bäuerinnen und Bauern, LKW's etc.]







## Alles über Tee ○ Fairer Teehandel

Vom **fairen Teehandel** profitieren alle. Die Produzent:innen erhalten einen gerechten Lohn, Entwicklungsprojekte in den Dörfern der Teearbeiter:innen und -arbeiter werden möglich und wir trinken **Tees der Spitzenklasse**, also keine Massenware.

An diesen Zeichen erkennst du im Regal **fair gehandelte Produkte**.

GEPA-Plus Siegel	WFTO-Siegel	Fairtrade-Siegel
		

Produkte mit WFTO-Siegel sollen langfristig zu **100% Komponenten aus Fairem Handel** enthalten. **Bei El Puente ist das jetzt schon so.** Mischprodukte mit dem Fairtrade-Siegel müssen mindestens 20% Zutaten aus Fairem Handel enthalten [Einzelwaren wie Bananen sind natürlich auch hier 100% Fairtrade].

Auch die Logos der **Fairhandelsorganisationen** selbst sind ein Erkennungsmerkmal. Hier nur einige ausgewählte Beispiele ...



### Fairer Handel macht den Unterschied. Beispielsweise ...

- Zusammenschluss von Kleinbäuerinnen/-bauern in **Kooperativen**
- keine Auktionen, **kein Börsenhandel**, keine direkte Abhängigkeit von Weltmarktschwankungen, **keine Zwischenhändler:innen** oder Makler:innen
- **keine Profite** → im Fairen Handel profitieren Teepflücker:innen, Teearbeiter sowie die Kooperativen und die Teeverbraucher, jedoch keine Großkonzerne, deren Manager sich den Profit in die Tasche stecken und immer reicher werden
- **Direktkontakt** zu den Produzent:innen [keine Zwischenhändler:innen]
- **gerechter Lohn** [stabiles Einkommen und gerechte Erzeugerpreise]
- **gesicherte feste Abnahmepreise**, Vorfinanzierung (bis zu 60%, bei El Puente bis 100%) und langfristige Abnahmeverträge; kostendeckender Einkaufspreis
- **Fairtrade-Mindestpreis** → *je nach Ursprungsgebiet, Bio-Anbau und Qualität*; zuzüglich **Fairtrade-Prämie**
- Finanzierung von **sozialen Entwicklungsprojekten** aus der **Fairtrade-Prämie**  
[im Durchschnitt 1 € je kg für die Kooperative; qualitätsbezogen sogar teilweise bis zu 2,40 €]; Zahlung eines Aufpreises für ökologischen Teeanbau [ca. 0,30 € je kg]
- Verarbeitung und Verpackung meist direkt im **Erzeugerland** [zusätzliche Arbeitsplätze]
- Förderung der **Gleichberechtigung** von Frau und Mann
- **Mitspracherecht**, Zugang zu **Beratung** und **Schulung**
- Unterstützung bei Anpassung an Klimawandel sowie bei Umstellung auf **Bio-Anbau**
- **qualitativ hochwertige Produkte** (keine Massenware)

Laut statistischem Bundesamt gab es 2020 einen Umsatz von 21,56 Mio. € mit Fairtrade-Tee.

Quelle: <https://de.statista.com/statistik/daten/studie/299440/umfrage/umsatz-mit-fairtrade-tee-in-deutschland/>

**Sri Lanka** ist der drittgrößte Teeproduzent der Welt. In unserer ersten Geschichte berichtet die 17-jährige **Pushapawati** aus Sri Lanka ...

"Ich finde die Plantagenarbeit schrecklich, aber gleichzeitig bin ich froh, überhaupt Arbeit zu haben", bemerkt Pushapawati. "Während der Regenzeit, die etwa 4 Monate dauert, hängt der Bastkorb, in den wir den Tee pflücken, wie eine Zentnerlast am Kopf, denn die Blätter sind feucht und deshalb sehr schwer. Wir kommen jeden Abend durchnässt nach Hause. Über Nacht am Feuer trocknet die Kleidung nicht richtig, alles ist klamm. Doch in der heißen Trockenperiode ist es nicht viel besser. Die stechende Sonne verursacht Kopfschmerzen, die Haut wird rissig. Sieh dir meine Mutter an, sie ist erst vierzig Jahre alt, aber sieht aus wie sechzig", sagt sie.

"In dieser Zeit wächst weniger Tee, das bedeutet, dass wir schneller pflücken müssen, um das Tagessoll zu erreichen. Die Arbeit bleibt unendlich monoton. An unseren Barackenunterkünften hat sich trotz Streiks nichts geändert und es gibt immer noch keine richtige Krankenstation bei uns, obwohl einige Tausend Menschen hier leben." Befragt nach dem Tagesablauf sagt sie: "Sie doch meine Mutter, sie steht jeden Tag gegen halb fünf auf, schleppt Wasser von der Wasserstelle heran, macht Feuer und bereitet das Frühstück. Tagaus, tagein immer dasselbe: Roti (gebackene Mehlfladen) mit etwas scharfer Soße und Tee. Eigentlich trinken wir alle viel lieber Tee mit Zucker, doch den gibt es nur an Festtagen, er ist viel zu teuer. Meist helfe ich meiner Mutter morgens. Aber meine beiden Brüder und mein Vater stehen erst um sechs Uhr auf. Dann gehen sie in die Teefelder und erledigen dort ihr Morgengeschäft. Wir Frauen müssen das im Dunkeln tun, denn niemand darf uns sehen. Noch vor 7 Uhr gehen meine Mutter und ich zur Arbeit, wir pflücken zusammen. Zum Glück haben wir einen netten Aufseher. Der alte war eklig und hatte uns ständig schikaniert. Oft sind die Anmarschwege zur Plantage länger als eine halbe Stunde. Frauen, die kleine Kinder haben, müssen dann in der Mittagspause zur Kinderkrippe hetzen und ihre Kinder füttern und dann wieder auf die Plantage jagen. Gegen fünf Uhr nachmittags ist die Arbeit zu Ende, auf dem Heimweg sammeln wir meist noch Feuerholz. Manchmal geht auch mein Vater, denn die Männer arbeiten nur bis 2 Uhr mittags. Aber oft trifft er sich mit anderen an einem kleinen Laden. Sie stehen, reden und sehen jedem Fahrzeug nach. Wir nehmen nach der Arbeit ein Bad aus der Regentonne vor der Tür und fegen Wohnraum und Küchenanbau aus. Manchmal müssen wir noch Wäsche waschen, aber eigentlich machen wir das am Sonntag. Zum Abendessen gibt es etwas Besseres: Reis mit ein wenig Gemüse und etwas Trockenfisch. Meist essen wir erst vor dem Schlafengehen, denn es ist ein so gutes Gefühl mit vollem Bauch einzuschlafen."

Quelle: frei nach B. Merzenich/A. Imfeld: Tee - Gewohnheit und Konsequenz, Edition di&a, 1986

**Die Indulgashena Biotee-Plantage** in der Uva-Region im Hochland Sri Lankas ist sozusagen die "Mutter aller Biotees". Seit 1987 wird dort Tee aus anerkannt ökologischem Landbau produziert. Die Fairhandelsorganisation GEPA schuf gemeinsam mit ihrem Handelspartner Stassen Natural Foods zugleich auch ein Modell für vorbildliche soziale Entwicklung.

Es entstanden so durch den fairen Handel u.a. 6 Kinderkrippen, 2 Vorschulen, ein soziales Entwicklungszentrum, eine Leihbücherei, eine Bank sowie umfassende Gesundheitsdienste und Fortbildungsmöglichkeiten für Jugendliche und Erwachsene. Zwei weiterführende Schulen wurden mit Hilfe des Bioteeprojektes renoviert und so ausgestattet, dass den Schülern nun ein hochqualifiziertes Lernangebot ermöglicht wird [denn nur umfassende Bildung ermöglicht die Befreiung von der Ausbeutung durch die westlichen Monopole sowie eine umfassende Entwicklung]. Auf Indulgashena wurde außerdem ein großes Gemeinschaftszentrum gebaut. Für die Arbeiterinnen und Arbeiter entstanden 300 Toiletten und viele Wohnungen konnten umfassend renoviert werden. Teearbeiter:innenfamilien wurden erstmals Eigentümer:innen von kleinen Wohnungen und Grundstücken. Viele Siedlungen entstanden so bereits am Rande der Teegärten; jede Familie verfügt über 2 Zimmer, Küche und Bad und einen kleinen Garten.

Quelle: GEPA Wuppertal, bearbeitet





## Herstellung von Grüntee, Oolong und Schwarztee.

### 1 → Pflücken

Alle 6-8 Tage werden aufwändig per Hand die beiden oberen Blättchen und die Knospe [two leaves and the bud] gepflückt. Jährlich gibt es 15 [Höhenlagen] bis 30 [im Tal] Pflückungen; die 3 wichtigsten sind first flush im Frühjahr, second flush als 2. Pflückung sowie die Herbsterte [autumnal]. Eine Pflückerin schafft mindestens 15 kg Blätter am Tag.

### 2 → Welken

Die Ernte muss für 12 bis 18 Stunden auf Gittern zum Welken ausgebreitet werden. Dazu wird teilweise durch Ventilatoren erwärmte Luft durch die Welk-Tröge geblasen. Diese Behälter sind ca. 30 Meter lang. So werden die Blätter geschmeidig.

### 3 → Rollen

Durch das maschinelle Rollen [30 min] der angewelkten Blätter tritt infolge des Aufreißens der Zellwände der Zellsaft aus dem Zellinnern aus. Enzyme werden frei und Sauerstoff kann hinzutreten. Damit beginnt die Fermentation.

### 4 → Fermentieren

Beim Fermentieren setzt die natürliche Oxidation durch Luftsauerstoff ein. Dadurch erhält der Tee eine kupferrote Farbe. Es entwickelt sich sein typisches Aroma und man erhält Schwarztee. Das dauert 2-3 Stunden bei 95% Luftfeuchtigkeit [Wasser wird in die Luft gesprüht]. Der Tee wird dazu 10 cm hoch aufgeschichtet. Frei gewordene Enzyme aus den Blättern oxidieren das Material. [Fermentation tritt z.B. auch auf, wenn ein halbiertes Apfel an der Schnittfläche braun wird. Oxidation ist eine chemische Reaktion mit Sauerstoff.] Bei Grüntee wird die Fermentation durch heißen Wasserdampf unterbunden.

### 5 → Trocknen

Sobald Farbe, Duft und Aroma des Tees stimmen, trocknet man ihn mit Heißluft [anfänglich bei 90°C, dann abfallend bis 40°C] in Trommeln. Der Feuchtigkeitsgehalt beträgt danach nur noch 6%. Die Wärme bewirkt, dass die Blattenzyme zerstört werden und dadurch die Fermentation beendet ist. Die Blätter trocknen etwa 20 Minuten.

### 6 → Sortieren

Durch Aussieben [mechanische Rüttelsiebe, die häufig maschinell betrieben sind] werden die verschiedenen Blattqualitäten getrennt. Die Maschengröße wird nach jedem Durchgang kleiner. So bleiben im 1. Sieb die groben Blatt-Tees, im 2. die groben Broken-Tees usw. Man trennt ca. 5-10 Sortierungen [Blattgrade].

### 7 → Qualitätskontrolle und Verpacken

Dann wird der Tee manchmal noch gemischt ["blends"], die Qualität geprüft, verkostet sowie letztendlich in Kisten verpackt und meist so exportiert.







## Alles über Tee ○ Fermentation

Das **Fermentieren** setzt ein, wenn beim Rollen der Teeblätter die Zellwände aufbrechen und der **Zellsaft** mit dem **Luftsauerstoff** in Kontakt tritt. Dabei reagieren bestimmte **Enzyme** und weitere Inhaltsstoffe der Zelle mit dem Sauerstoff und es entsteht eine **rotbraune Farbe**. Dies dauert beim Schwarztee etwa 2–3 Stunden. Oolong fermentiert nur kurz, Grüntee gar nicht. Der Vorgang trägt entscheidend zum Geschmack bei. *[Fermentation tritt auch auf, wenn z.B. ein halbiertes Apfel an der Schnittfläche braun wird. Eine chemische Reaktion mit Sauerstoff nennt man Oxidation.]*

## Alles über Tee ○ Weißtee

**Weißtee** [Weißer Tee] entsteht durch aufwändiges Trocknen (teilweise künstlich durch Wärme beschleunigt). Er wird nicht mit Wasserdampf behandelt. Er darf nur leicht [maximal 2%] anfermentiert sein. Durch seinen hohen Gehalt an Polyphenolen (bestimmten sekundären Pflanzenstoffen), gilt er als besonders gesund. Die Schritte seiner Herstellung ...

1. Pflücken [Handarbeit]
2. Lüften der Blätter [2–3 Stunden]
3. Welken auf Matten [ca. 10 Stunden, Luftfeuchtigkeit 60%, Temperatur 25–26°C]
4. erste Trocknung [10–15 Minuten, Temperatur 100–130°C]
5. Sortieren [Handarbeit]
6. zweite Trocknung [12 Minuten, Temperatur 130°C]
7. Mischen, Verpacken

## Alles über Tee ○ Gelber Tee

**Gelbtee** liegt zwischen Oolong und Weißtee. Er ist reich an Vitaminen, Koffein, Mineralien und Antioxidantien. Er wird nur anfermentiert. Meistens ist er recht selten und teuer.

## Alles über Tee ○ Pu Erh Tee

**Pu Erh** ist eine Teespezialität, der eine spezielle Reifung absolviert, die wenige Monate bis mehr als 5 Jahre dauert. Er reift trocken, z.B. in **Ziegelform** gepresst [**Teeziegel**]; daher auch **Ziegeltee**. Verschiedene Bakterien und Pilze sind an der Reifung beteiligt.

## Alles über Tee ○ Die Teesorten im Überblick

Die traditionellen **sechs chinesischen Teesorten** sind ...

<b>Grüner Tee</b>	infolge Wasserdampfbehandlung unfermentierter Tee
<b>Weißer Tee</b>	gewelkter und getrockneter Tee (max.2% anfermentiert)
<b>Gelber Tee</b>	zu etwa 20% anfermentierter Tee
<b>Oolong Tee</b>	halbfermentierter Tee
<b>Pu Erh Tee (Ziegeltee)</b>	durch Bakterien und Pilze fermentierter und lange gereifter Tee
<b>Roter Tee (Schwarztee)</b>	fermentierter Tee



## Alles über Tee ☉ Tee richtig zubereiten

<b>Schwarztee</b>	gießt man mit <b>kochendem Wasser</b> auf und lässt ihn ziehen.
<b>Grüntee, Weißtee</b>	übergießt man mit <b>70 bis 80 Grad heißem Wasser</b> [sonst wird er bitter; und Kenner genießen erst den 2. Aufguss] und lässt ihn 2-3 Minuten [jedoch nie länger als 5 min] ziehen.

Dabei wirkt Tee in Abhängigkeit von der **Ziehzeit** ...

<b>1 – 3 min</b>	<b>3 – 5 min</b>	<b>über 5 min</b>
<b>anregende</b> Wirkung	<b>beruhigende</b> Wirkung	keine Wirkung mehr

## Alles über Tee ☉ Teezubereitung anderswo Teil 1

## Indien

**Masala Chai** [Alltagsrezept] → 1 L Milch, ½ L Wasser, ½ TL Zimt, 2 EL Zucker und 1 Prise Ingwer werden gemischt und aufgekocht. Dann 2 EL Schwarztee dazu geben und 3 min ziehen lassen, nochmals aufkochen und durch ein Sieb gießen. Lecker! Inder trinken den Tee oft sehr süß.

**Masala Chai** [Festtagsrezept] → Die **Zutaten** sind 3 TL Schwarztee [Darjeeling], 1½ Tassen Wasser, 1 Tasse Milch, 4-6 TL Zucker (Inder mögen den Tee extrem süß, 3-4 TL reichen), 1 Stange Zimt [oder ½ TL Zimtpulver], 8 Kardamomkapseln [aufgebrochen bzw. angedrückt], 2-3 Stück Sternanis, etwas Koriander (frisch gemahlen), ¼ TL Ingwer-Pulver [am besten getrockneten Ingwer reiben] (und nur wer es mag: 1-3 Gewürznelken)

Die **Zubereitung**. Jede indische Familie bereitet ihren Masala Chai anders. Das Wasser kommt in einen Topf. Gib alle Gewürze hinzu und bringe das Ganze zum Kochen. Den Topf zudecken und etwa 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln. Jetzt die Milch sowie den Zucker hinzugeben und wieder zum Kochen bringen. Nun kommt der Schwarztee hinein. Den Topf wieder zudecken und die Hitzezufuhr abschalten. Den Tee 2-3 Minuten ziehen lassen für eine anregende Wirkung und etwa 5 Minuten für eine beruhigende Wirkung. Nun schnell den Tee durch ein Sieb gießen, um die Gewürze und Teeblätter zu entfernen. Sofort heiß servieren. Es gibt unendlich viele Möglichkeiten, Masala Chai zu kochen.

*Die Hauptzutaten sind aber: Liebe und gute Gefühle.*

## Tibet, Nepal und Bhutan

In den **Bergregionen des Himalaya** trinkt man in großen Mengen **Buttertee**. Oft nimmt man Butter aus Yakmilch, dazu Salz und Schwarztee, den man meist vom gepressten Teeziegel abbricht und pulverisiert [nur selten nimmt man Blatt-Tee]. Er schmeckt eher wie eine dünne Suppe, enthält viel Eiweiß sowie Fett und passt so gut zu dieser extremen Klimazone. Buttertee spielt außerdem eine Rolle bei der Meditation buddhistischer Mönche.

## Arabische Länder

**Muslime** genießen ihren schwarzen Tee häufig mit [mehr oder weniger vielen] **Pfefferminzblättern** [meist Nana-Minze] und oft **kräftig** sowie **süß**. Tolle Idee zum Ausprobieren! In einigen arabischen Regionen kommen noch zusätzliche Dinge hinein, wie Kardamom, Zitronensaft oder Orangenschalen. Man trinkt hier Tee stets aus einem kleinen, bauchigen **Teeglas**.



## Ostfriesland

Die **ostfriesische Teemischung** enthält häufig etwas Darjeeling und viel kräftigem und würzigem Assam-Tee der 2. Ernte [second flush]. Seit 300 Jahren trinken die Ostfriesen leidenschaftlich Tee. Der gezogene Tee wird auf weißen Kandis [**Kluntje**] gegossen und ein Löffel frische **Sahne** auf die Teeoberfläche gelegt. Unbedingt nicht umrühren, sondern schichtenweise genießen!

## Russland

Durch die Landtransporte von Tee aus China nach Europa kam der Tee auch zwangsläufig nach Russland. Die erste Nachricht darüber stammt aus dem Jahre 1567. Bekannt ist sicher, dass in Russland oft ein **Samowar** benutzt wird. Im Gerät wird Wasser erwärmt, oben drauf steht ein kleines Kännchen mit extra starkem Teesud. Beides gibt man dann im typisch russischen Teeglas, das in einem Metallhalbbecher mit Henkel steht.

## England

Geschichtlich ja begründet seit dem 17. Jahrhundert und jedem bekannt ist die **britische Teekultur**. Man genießt fast ausschließlich kräftige Schwarztees, oft auch **Earl Grey** mit Bergamotteöl. Häufig lassen die Engländer ihn sehr lange ziehen [nach 5 min hat er praktisch keine Wirkung mehr] und genießen ihn mit Milch oder Sahne [was ebenfalls nicht zu empfehlen ist, wenn der Tee seine gesundheitliche Wirkung entfalten soll]. Dazu reicht man Früchtebrot oder Gebäck mit Trockenfrüchten. Oft trinken die Briten schon früh im Bett eine Tasse [**early morning tea**], später am Nachmittag dann den 5-o'clock-tea [auch **low tea**] und zur Hauptmahlzeit abends noch einmal [**high tea**].

## Japanische Teezeremonie

Genau vorgeschriebenen und nach historisch überlieferten Ritualen serviert man in Japan Grüntee. Drei Löffel pulverisierter Grüntee [**Matcha**, recht teuer] werden in eine Schale geschüttet und drei Kellen kochenden Wassers darüber gegossen. Ein paar Tropfen eines Ginsengbranntweines kommen dazu. Mit einem Teebesen [**Chasen**; handgeschnitzt aus Bambus] wird das Ganze in der Matcha-Teeschale [**Chawan**] so lange gerührt und geschlagen, bis eine dicke Schaumschicht entsteht. Die Schale geht mit bestimmten Ritualen nun von Hand zu Hand [zuerst der Hauptgast] und man trinkt zwei Schluck.

## Eistee

Für 4-6 Personen benötigt man 1 L Wasser, 10 TL Schwarztee, 3 unbehandelte Zitronen oder Limetten, 25 Eiswürfel, Zucker nach Belieben. Zunächst brüht man mit kochendem Wasser einen Schwarztee auf, den man 3 min ziehen lässt [doppelte Schwarzteemenge als üblich nehmen]. Die Zitronen heiß abwaschen. Drei Zitronenhälften auspressen und mit dem Tee vermengen, den Rest der Früchte in Scheiben schneiden. Nach Geschmack süßen. Anschließend werden die Eiswürfel mit dem heißen Tee übergossen. Der Tee ist sofort erkaltet und schmeckt frisch.





Quellenangaben. Für dieses Thema nutzten wir besonders folgende Quellen ...

Internetangebote → [gepa.de](http://gepa.de), [gepa-wug.de](http://gepa-wug.de), [el-puente.de](http://el-puente.de), [weltpartner.de](http://weltpartner.de), [jugendhandeltfair.de](http://jugendhandeltfair.de), [fairtrade.de](http://fairtrade.de), [fairtrade-deutschland.de](http://fairtrade-deutschland.de), [wikipedia.de](http://wikipedia.de), [teewiki.org](http://teewiki.org), [germany.maiko.ne.jp](http://germany.maiko.ne.jp), [biotee.de](http://biotee.de), [oasistee.de](http://oasistee.de), [wfto.com](http://wfto.com), [pflanzenforschung.de](http://pflanzenforschung.de), [utopia.de](http://utopia.de), [teekunde.info](http://teekunde.info), [teeverband.de](http://teeverband.de), [dethlefsen-balk.de](http://dethlefsen-balk.de)

Literatur und Informationsmaterialien ↓

- It's Teatime, GEPA Wuppertal, Produktinfo-Broschüre
- Das große Teebuch, Helmut Lingen Verlag GmbH & Co. KG Köln, 2007
- Produktinformationen der OASIS Teehandel GmbH Bondorf sowie der GEPA Wuppertal, von El Puente Nordstemmen und Weltpartner Ravensburg [Flyer, Broschüren aus verschiedenen Jahren, Infos auf Produktverpackungen]
- Projekt Tee, Unterrichtsmaterial, Verlag an der Ruhr
- Peter Oppliger. Der Grüne Tee. Genuss und Heilkraft aus einer Teepflanze. Midena Verlag GmbH 1996
- Bernd Merzenich, Al Imfeld. Tee. Gewohnheiten und Konsequenzen. Edition día 1994
- Colonialwaren [Bananen, Tee, Kaffee, Honig, Kakao]. Misereor 1995. Materialien für die Schule Nr. 19, Aachen: MVG
- Kataloge der Paul Schrader GmbH Bremen, verschiedene Ausgaben
- "grenzenlos" Ausgabe 1/2011, Zeitschrift des Kindermissionswerkes
- Informationsmaterial vom Fairtrade e.V. Wuppertal [2012]: Warenkunde Tee
- Materialien zur Teekiste [ausleihbar in der FAIRE Dresden, [www.faire.de](http://www.faire.de)]
- Informationsmaterialien von Fairtrade Deutschland e.V. Köln [2012]: Factsheet Tee