

Alles über Tee • Bräuche • Traditionen • Rezepte

Teezubereitung in Indien (Alltagsvariante)

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!

Masala Chai (gewürzter indischer Tee)

Zutaten: 3 TL Schwarztee [Darjeeling], 1 ½ 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 wer es mag: 1-3 Gewürznelken)

Zubereitung: Jede indische Familie bereitet ihren Masala Chai anders. Zum Beispiel so ... Das Wasser kommt in einen Topf oder hohen Tiegel. Jetzt gibt man alle Gewürze hinzu und das Ganze wird zum Kochen gebracht. Den Topf zudecken und etwa 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln. Jetzt die Milch und den Zucker hinzugeben und wieder zum Kochen bringen. Nun kommt der Schwarztee hinein, Topf wieder zudecken und die Hitzezufuhr abschalten. Den Tee 2 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.

Teeziegel in China

Traditionell presst man schwarzen Tee auch zu Teeziegeln (Schwarztee bzw. **Pu-Erh-Tee**). Davon wird dann ein Stück abgebrochen, um Tee zu kochen.



Tee in Ostfriesland

Die **ostfriesische Teemischung** enthält häufig viel kräftigen und würzigen Assam-Tee der zweiten 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!

Tee in Arabien

Muslime genießen ihren schwarzen Tee häufig mit [mehr oder weniger vielen] Blättern **Pfefferminze** [meist Nana-Minze] und häufig sehr **kräftig** sowie **süß**. Tolle Idee zum Ausprobieren, natürlich im **arabischen Teeglas**! In einigen arabischen Regionen kommen noch zusätzliche Dinge hinein wie Kardamom oder Orangenschalen.

Tee in Russland

Durch die Landtransporte von Tee aus China nach Europa kam der Tee auch 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.



Tee in England

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

Teezeremonie in Japan

Nach genau vorgeschriebenen, historisch überlieferten Ritualen serviert man in Japan den grünen Tee. *Und so geht es:* Drei Löffel Teestaub (**Matcha**) werden in eine Schale geschüttet und drei Kellen kochenden Wassers darüber gegossen. Ein paar Tropfen eines Ginsengbranntweines kommen eventuell dazu. Mit einem Teebesen (**Chasen**; aus Bambus) wird das Ganze in der Matcha-Teschale (**Chawan**) so lange gerührt und geschlagen, bis es schäumt (dicke Schaumschicht). Die Schale geht mit bestimmten Ritualen nun von Hand zu Hand (zuerst der Hauptgast) und man trinkt zwei Schlucke.

Tee in Nepal, Bhutan und Tibet

In den Bergregionen des Himalaya trinkt man große Mengen **Buttertee**. Man nimmt Butter [meist aus **Yakmilch**], Salz und Schwarztee, den man von gepressten **Teeziegeln** abbricht und pulverisiert [seltener nutzt 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.

Rezeptidee Eistee

Für 4-6 Personen benötigt man 1 L Wasser, 10 TL Schwarztee, 3 unbehandelte Zitronen/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]. 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.

Rezeptidee Zitronteekuchen

Zutaten: 180 g Butter, 200 g Zucker, 1 Päckchen Backpulver, 2 Eier, 500 g Mehl, Saft von 1 Zitrone, abgeriebene Schale einer Bio-Zitrone, 2 Tassen gekochten [etwas stärkeren] schwarzen Tee, 100 g Rosinen, Prise Salz

Zutaten für den Guss: 250 g Puderzucker, Saft von 3 Zitronen, 1 Eiweiß

Zubereitung: Den Tee mit den Rosinen zum Kochen bringen und wieder abkühlen lassen. Butter mit Zucker und Eiern schaumig rühren (elektrisches Handrührgerät). Nun alle Zutaten verrühren und die Teigmasse in eine gefettete Kastenform (oder mit Backpapier auskleiden) füllen. Bei 200°C etwa 1 Stunde backen lassen und nach dem Abkühlen mit Zitronenglasur bestreichen.

