



Alles über ... Tee

Es ist **ein Jahrtausende alter Genuss**, der seinen Ursprung in China hat und heute in vielen Sorten sowie mit unterschiedlichsten Zeremonien genossen wird. Egal ob Schwarztee, Weißtee, Grüntee oder Oolong: Am Anfang steht immer die Teepflanze **Camellia sinensis**. Davon pflückt man meist per Hand die Blattknospe sowie die ersten beiden Blätter [two leaves and the bud], um daraus einen Spitzen-Tee herzustellen.

Dieses Dokument stellt steckbriefartige Informationen rund um Tee zur Verfügung.

Alles über Tee Begriff Tee



Das chinesische Schriftzeichen **Te** für **Tee**. Es 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** abgeleitet [früher wurde der Tee über den Seeweg aus Südchina nach Europa geliefert], während die nordchinesische Mandarin-Bezeichnung **Chá** [Mandarin] 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.

Alles über Tee Geschichtliches

- bereits vor ca. **5000 Jahren** wird der Teebaum in **China** beschrieben (2700 v. Chr.) (insbesondere Grüntee)
- erst 500 n. Chr. brachten ihn Mönche nach **Japan**
- um 1600 gelangt der schwarze Tee durch die berühmte holländische **Ost-Indien Compagnie** nach **Europa**
- danach gründeten die Engländer ihre eigene **British East India Company** und hatten so viele Jahre das Tee-Monopol
- in die traditionellen Teeländer **Indien** und **Ceylon** (heute Sri Lanka) kam der Tee erst später (Indien: 1836 wurden Teepflanzen ins damalige Bengalen geschmuggelt und 4 Jahre später Tee geerntet; Sri Lanka: nach Vernichten der Kaffeeplantagen durch Kaffeerost-Befall stellten die Briten 1876 die Insel auf Tee um)

Alles über Tee Teeproduktion

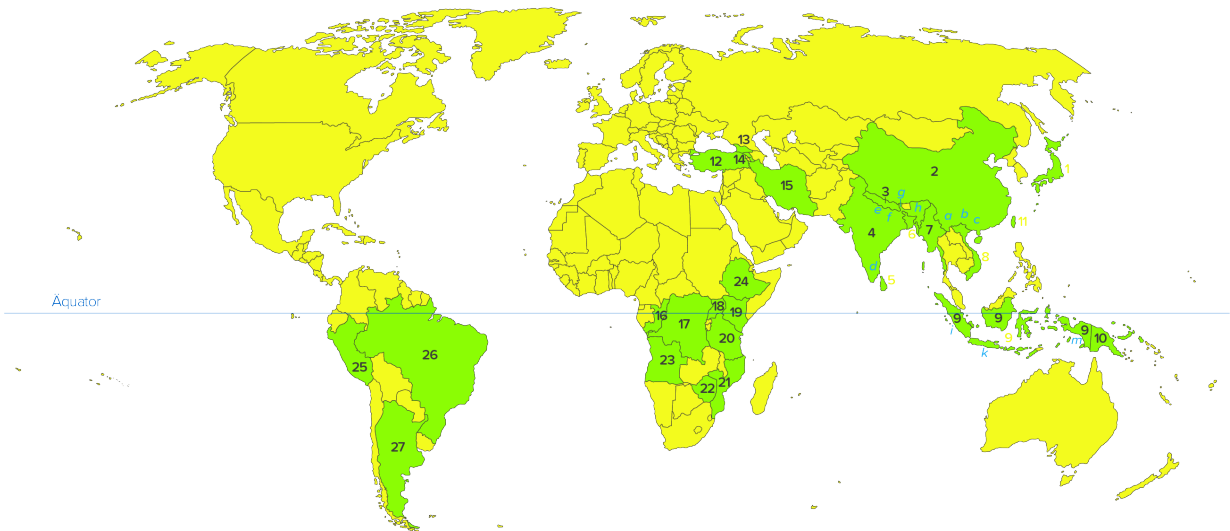
- **Weltproduktion** Erntemengen **Teeblätter** → ca. 31 Millionen Tonnen jährlich
- größte **Anbauländer** [Erntemengen **Teeblätter**] → China [16,2 Mio. t jährlich], Indien [6,1 Mio. t], Kenia [2,6 Mio. t], Sri Lanka [1,5 Mio. t], Türkei [1,4 Mio. t] und Vietnam [1,1 Mio. t] u.a.
- größte **Teeexportländer** → Kenia, China, Sri Lanka, Indien
- größte **Teeimportländer** → Pakistan, Russland, USA

Alles über Tee Teekonsum

- **Teeverbrauch pro Kopf** und Jahr **weltweit** → Türkei 2,8 kg/Kopf/Jahr, Brasilien 2,4 kg, China 1,5 kg, Sri Lanka 1,4 kg, Singapur 1,2 kg, Großbritannien 1,04 kg/Kopf/Jahr [2022]
- **Teeverbrauch pro Kopf** und Jahr in **Deutschland** → 0,7 kg fester Tee; das ergibt ca. 18 Liter Teegetränk; die Deutschen trinken gemeinsam etwa 47 Milliarden Tassen Tee im Jahr [darunter 27 Liter Schwarz- und Grüntee sowie 40 Liter Kräuter- und Früchtetee pro Kopf im Durchschnitt]
- in Ostfriesland liegt der **Teekonsum** bei 300 Litern, sonst bei 67 Litern pro Kopf und Jahr
- **Fairtrade**-Teegenuss pro Jahr in **Deutschland** → 230 Tonnen Grün- und Schwarztee [79% davon sind auch biologisch angebaut]; sie stammen besonders aus Indien, Sri Lanka, Ostafrika und China



Alles über Tee ☉ Teeanbauländer und –gebiete



- 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.

Alles über Tee ☉ Besonderheiten einiger Teeanbauländer

Japan →	teure und exklusive Grüntees [Sencha] erntet man vor allem auch in Japan, oft in kleinen Teegärten. Japan ist bekannt durch die traditionelle Teezeremonie. Dabei arbeitet man mit Matcha [fein pulverisierter Grüntee]
China →	größter Teeproduzent ; exportiert aber davon nur 1/3 (der Rest ist für den Eigenbedarf); Hauptanbaugebiete liegen nördlich und südlich des Jangtse-Flusses sowie in Süd- und Südwest-China – von hier kommen ebenfalls exklusive Grüntees, die etwas billiger sind als japanische [dennoch nicht weniger schlecht], sowie köstliche Schwarztees
Indien Darjeeling →	hochwertiger, fein aromatischer Schwarztee stammt vorwiegend aus dem indischen Anbaugebiet Darjeeling; Darjeeling-Tee wächst an den Hängen des Himalaja (bis zu 3000 m hoch) <ul style="list-style-type: none"> • First Flush (Frühjahrspflückung), besonders aromatisch, grünliche Tasse • Second Flush (2. Pflückung), besonders kräftige Tasse; besser haltbar • Herbsternte (Autumnal), feine Tasse
Indien Assam →	größtes Teeanbaugebiet der Welt in Nordindien (zwischen Tibet und Burma zu beiden Seiten des Brahmaputraflusses) liefert Assam-Tee; er ist vollmundig, malzig, kräftig und auch Hauptbestandteil der ostfriesischen Mischung
Sri Lanka →	(Früher Ceylon) sehr viel Ceylon-Tee kommt aus dem Hochland (7,4 % der Welternte) z.B. um Nuwara Eliya herbe, spritzige und aromatische Tees mit goldener bis kupfer-roter Tasse; Spitzenqualitäten erntet man im Winter und Sommer
Vietnam →	aufstrebender Teeproduzent (Geheimtipp); von hier kommen malzige und kräftige Schwarztees und ebenso recht kräftige Grüntees
Bangladesch →	kleines Land, das delikate, großblättrige Tees produziert, die sich gut als Frühstückstee eignen



Afrika →	liefert ergiebige und kräftige Tees (oft für Teebeutel, dazu im CTC-Verfahren verarbeitet), z.B. aus Tanzania und Kenia
Brasilien →	unter der Leitung der Japaner entwickelt sich das Land allmählich zu einem guten Teehersteller

Alles über Tee ○ Die **Teepflanze** (*allgemein*)

- **Baumgewächs**; beschnitten sind es immergrüne Sträucher mit **dunkelgrünen gezahnten lederartigen Blättern**
- Höhe von Teebäumen ohne Rückschnitt: bis zu **15 m**; Alter bis zu **70 Jahre**; nach ca. 5 Jahren entwickelt sich aus Jungpflanze ein Teestrauch [regelmäßiger Schnitt etwa auf Bauchhöhe für leichteres Pflücken]
- **Teeblätter** bis zu **15 cm lang**; Endknospen sind silbrig-weiß behaart [besonders in Weißtee noch sichtbar, daher auch der Name]
- **kleine Blüten** [weiß bis rosa]; dadurch geschlechtliche Fortpflanzung über Samen möglich [heute kaum noch gebräuchlich, sondern meist ungeschlechtlich durch Stecklinge, damit die Pflanzeigenschaften erhalten bleiben]
- kleine **hartschalige Kapselfrüchte** (haselnussähnlich)
- tiefe **Pfahlwurzeln** schützen vor Bodenerosion und stabilisieren Hänge
- **Dauerkultur** meist an **Hochlandhängen**, sehr **wasserbedürftig** [oft Monokulturen]; **feuchtes**, mäßig-warmes bis **tropisches** Klima [Monsunklima]; sehr **anspruchsvoll** bezüglich Nährstoffangebot

Alles über Tee ○ Die **Teearten**

Botanische Einordnung → Familie **Teestrauchgewächse**, Gattung **Kamelien**, Art **Camellia sinensis** mit einigen Varietäten [Unterarten]; reine Sorten werden weltweit immer mehr durch Hybride zurückgedrängt; wichtigste Unterarten (var.=Varietät) ...

- Camellia sinensis var. **sinensis** „Chinesischer Tee“
- Camellia sinensis var. **assamica** „Assamtee“
- Camellia sinensis var. **japonica** „Japanischer Tee“

Camellia sinensis var. sinensis chinesischer Tee	Camellia sinensis var. assamica Assamtee
<ul style="list-style-type: none"> • kleine dicke, dunkelgrüne Blätter • frostbeständig; in gemäßigtem Klima • ohne Rückschnitt 3–4 m groß • Pfahlwurzeln • Vermehrung per Samen (früher) • oft high-grown (Höhen bis 2000 oder 3000 m) • langsam wachsend • u.a. Tees aus China, Nepal, Ceylon [Sri Lanka] und Darjeeling in Indien 	<ul style="list-style-type: none"> • bis zu 15 cm lange und 10 cm breite glänzende Blätter • ohne Rückschnitt bis 15 m hoch • Pfahlwurzeln • Vermehrung durch Samen (früher) • Tropengewächs, Wärme liebend • eher medium-grown oder low-grown • schnellwüchsig • z.B. Tee aus Assam in Indien

Alles über Tee ○ Die **Teepflanze** // *Züchtungen*

Die Urteepflanzen Assamtee sowie chinesischer Tee hat man immer wieder gekreuzt (=Assamhybride), um immer feineres Aroma zu erhalten und widerstandsfähige Arten zu erreichen. **Hybride** sind Grundlage fast aller Teekulturen dieser Welt. Vorteile der Hybride werden durch vegetative Weitervermehrung wieder geschwächt. Folge ist aber auch, dass die ursprünglichen Varietäten allmählich von den Plantagen verschwinden.



Alles über Tee ○ Wichtige Inhaltsstoffe

Koffein (Coffein, Tein) 1,4–4% →	anregend und belebend durch stärkere Hirndurchblutung ; steigert Konzentrations- und Leistungsfähigkeit (in Maßen genossen)
Gerbstoffe (Polyphenole) 12–17% →	antibakteriell , lindernd bei Magen-Darm-Verstimmungen, beruhigend (je länger der Tee zieht, umso beruhigender; da mehr Gerbstoffe frei); senken Infarktrisiko , Cholesterinspiegel und Blutdruck ; Radikalfänger
Säuren →	wertvolle [teils nichtproteinogene] Aminosäuren [z.B. L-Theanin]; Phosphorsäure
Ätherische Öle →	Duft- und Aromastoffe (etwa 400 Substanzen)
Mineralien →	z.B. Fluor (gut für die Zähne), Kalium (ersetzt Mineralverlust nach Sport) und Mangan
Vitamine →	viel Vitamin B , wichtig z.B. für Haut und Augen, sowie Vitamin A

Alles über Tee ○ Gesundheitliche Wirkungen

- ist **kalorienfrei** und **gesund**
- **belebt** und **regt an** [1-3 min Ziehzeit] oder **beruhigt** [3-5 min Ziehzeit]
- **reduziert Karies** und **zerstört Bakterien** bzw. Viren
- **kräftigt Blutgefäße**, **senkt den Blutdruck**
- **fängt freie Radikale** im Körper

Alles über Tee ○ Der Teeanbau

konventioneller Teeanbau	ökologischer Teeanbau
<ul style="list-style-type: none"> • Monokultur (Plantage), oft Assamhybride • großbäuerliche Bewirtschaftung • Bewässerung nötig • massenhafter Einsatz von Pestiziden und Chemiedüngern nötig • Verarbeitungshilfs- und Konservierungs-Chemikalien erlaubt • Nachteile vegetativer Vermehrung • maschinelle Pflege und Ernte, wenn geografisch möglich • ökologisch und hinsichtlich Arbeits- und Lebensbedingungen nachteilig 	<ul style="list-style-type: none"> • kleine (z.T. verstreute) Anbauflächen (z.T. Teegärten), Mischkulturen • meist kleinbäuerlich bewirtschaftet (auch Kooperativen) • keine Schädlingsbekämpfungsmittel und Kunstdünger • Verarbeitungshilfs- und Konservierungs-Chemikalien verboten • keine Verarbeitungshilfschemikalien, Konservierungsstoffe o.ä. • Pflege überwiegend und Ernte grundsätzlich per Hand • ökologisch vorteilig; bessere Arbeits- und Lebensbedingungen möglich (vor allem durch fairen Handel)



Alles über Tee ○ Anbau und Entwicklung der Pflanzen

Teesträucher können bis zu **70 Jahre** alt werden; die Erträge lassen jedoch bei Überalterung stark nach.

- Stecklinge von ertragreichen Büschen pflanzt man nach 2 Jahren auf das Feld
- Dauerkultur; Stabilisierung von Hängen und Schutz vor Bodenerosion durch Tiefwurzeln
- anspruchsvoll bezüglich Nährstoffangebot und Wasserfaktor
- Rückschnitt (radikal) alle 4 – 6 Jahre
- Nachteile durch Monokulturen und genidentische Hybridsorten (Schädlings- und Krankheitsbefall etc.), dadurch bei konventionellem Anbau viele Pestizide und Chemiedünger nötig, zudem Bewässerung

Alles über Tee ○ Teeplückerinnen und Teearbeiter

Für viele schmeckt Tee bitter ...

- **Geschlechterrollen:** Teeplücken ist in der Regel Frauenarbeit, während die Männer meist in den Teefabriken arbeiten.
- Der **Pflücklohn** für **4 kg Teeblätter (ergeben 1 kg Tee)** beträgt etwa 30 Euro-Cents. Teeplücken ist Knochenarbeit! Die Verarbeitungs- und Plantagenkosten betragen für 1 kg fertigen Tee ca. 1,80 Euro. Für diese 2 Pfund Tee zahlt der Endverbraucher jedoch bis zu 20 Euro. Der größte Teil der Differenz geht an viele Zwischenhändler und ist Gewinn für transnationale Konzerne.
- **Pflückleistung:** 16-30 kg Teeblätter je Tag und Pflückerin [**1 kg Fertigtee** enthält etwa **80.000 Blattknospen**, d.h. 80.000-mal pflücken für ein Kilo Tee]
- **Verarbeitungskosten** pro Kilogramm ca. 1,65 € [man bezahlt aber im Laden etwa 20 € je kg; den Rest teilen sich Konzerne und Zwischenhändler]
- Die **Alternative: Fairer Handel**. Unterstütze auch du den gerechten Teehandel durch deinen Teekauf im Eine Welt Laden.

Alles über Tee ○ Fairer Teehandel

Tees, die du u.a. in Eine Welt Läden kaufen kannst, sind fair gehandelt. Da Fairhandelsorganisationen wie die GEPA, Weltpartner oder El Puente direkte Kontakte zu den Kooperativen besitzen, entfallen sämtliche Kosten für Makler oder Zwischenhändler und Profitinteressen irgendwelcher Großkonzerne. Der Tee wird zu Festpreisen abgenommen.

Vorteile des fairen Teehandels sind u.a. ...

- Kosten deckender Einkaufspreis, gerechte Bezahlung der Produzenten
- Mehrpreis für Sozial- und Entwicklungsaufgaben (ca. 1,30 Euro/kg)
- Aufschlag für ökologisch angebauten Tee (ca. 0,30 Euro/kg)
- Vorfinanzierung auf Anfrage (60%)
- Direktbezug von Plantagen (nicht von Auktionen oder Zwischenhändlern)
- Langfristige Handelsbeziehungen
- Weiterverarbeitung im Erzeugerland (Mischen, Verpacken; siehe z.B. Palmblattkörbchen aus Sri Lanka für zusätzliche Arbeitsplätze)
- Fairtrade-Tees stammen aus biologischem Anbau in Indien [Darjeeling, Assam], Sri Lanka, Nepal, Vietnam, Tansania und China



Alles über Tee ○ Der **teuerste Tee** der Welt

Der teuerste Grüntee kommt aus **China**. Man muss bis zu unglaubliche **25.000 € pro Pfund für die erste Frühjahrsernte** berappen. Der **Tassenpreis** läge so bei ca. **350 €**. [Spartipp: Die Herbsternste bringt es nur auf "lumpige" 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. Die fressen ja 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 eine Rarität.

Alles über Tee ○ Die **Teeverarbeitung**

1 ○ **Pflücken**

Alle guten Tees **erntet** man auch heute noch aufwändig **per Hand**: Dabei werden nur die Blattspitzen mit den beiden jüngsten Blättern („**Two leaves an a bud**“) eines frischen Triebes vom Teebusch gepflückt.

Details → 15 (Höhenlagen) bis 30 (Niederungen) Pflückungen jährlich, etwa alle 6-8 Tage (die 3 wichtigsten: first flush, second flush, autumnal); 16-24 kg Teeblätter pro Tag pro Pflückerin ergeben 4-6 kg fertigen Tee, also ca. **4 kg Teeblätter ergeben 1 kg fertigen Tee** (für 1kg Fertigtee 80.000 Blattknospen = 80.000-mal pflücken)

2 ○ **Welken**

Danach werden die frischen Blätter gewelkt. Früher breitete man dazu die Blätter in der Sonne aus. Heute geschieht es in Welktrögen, in die z.T. erwärmte Luft geblasen wird (Ventilatoren). Dadurch werden die Teeblätter geschmeidig für die Weiterverarbeitung.

Details → *Welktröge sind 30 m lang; 30% Wasser werden entzogen, damit Blätter für Rollen geschmeidig werden; Dauer 12–18 Stunden*

3 ○ **Rollen**

Beim maschinellen Rollen wird die Oberfläche der gewelkten Teeblätter aufgerissen (Zellwände aufbrechen), damit Luftsauerstoff an den Zellsaft gelangen kann. Das ist wichtig für die Fermentation. Je nach Stärke und Länge des Rollvorganges entstehen verschiedene Blattgrade.

Details → Dauer 30 min

Bei Grüntee wird die folgende Fermentation mit Hilfe von heißem Wasserdampf oder durch Rösten in Pfannen unterbunden.

4 ○ **Fermentieren (entfällt bei Grüntee)**

Bei der Fermentation lässt man bei 95% Luftfeuchtigkeit den **Zellsaft** des Teeblatts durch **Luftsauerstoff** sowie **Blattenzyme oxidieren** und vergären: Die Farbe des Blattgutes ändert sich von braungrün nach kupferrot. Gleichzeitig entwickelt sich das typische Schwarztee Aroma.

Details → Dazu breitet man den Tee 10 cm hoch für 2 bis 3 Stunden aus.

5 ○ **Trocknen**

Sobald Farbe und Geruch stimmen, **bricht** man die **Fermentation durch Hitze ab** (Enzyme gehen kaputt). Durch die Trocknung wird der Tee zudem haltbar gemacht. Die feuchten Teeblätter kommen auf ein Endlosband, das eine Heißlufttrocknung durchläuft. Bei 90°C wird dem Tee die Feuchtigkeit entzogen. Die Zellsäfte erstarren und haften am Blatt, bis das Aroma durch den Aufguss wieder freigegeben wird.

Details → *holz- oder ölbeheizte Trockner mit Laufband; Anfangstemperatur 90°C, Endtemperatur 40°C, Dauer 20 min, Restfeuchte am Ende ca. 6%*



6 ○ Sortieren

Zum Sortieren verwendet man mechanische **Rüttelsiebe**. Die Maschengröße der Siebe wird dabei nach jedem Durchgang kleiner. So bleiben im ersten Sieb die groben Blatt-Tees hängen, im zweiten die größeren Broken-Tees usw. Je nach Plantage werden 5–10 Sortierungen (= **Blattgrade**) getrennt.

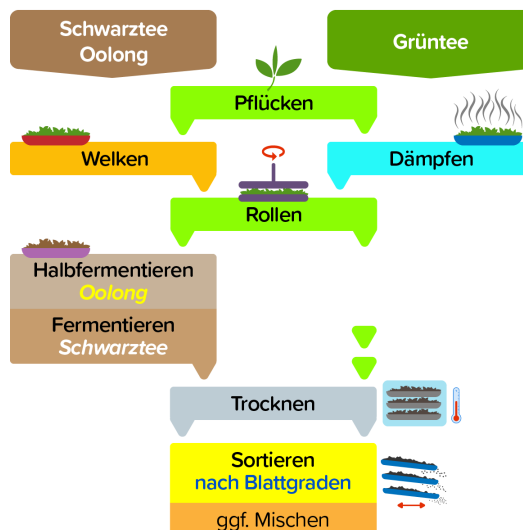
Details → **Blatt-Tees** (Blattstruktur noch erkennbar; etwa 2% der Gesamtproduktion), **Broken Tees** (keine Details mehr sichtbar)

7 ○ Verpacken

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

Details → Blatt- und Broken-Tee für losen Tee, Dust und Fannings besonders für Teebeutel, aber auch Teeziegel; Lagerung trocken und nicht zu warm

Hinweis → Ein **Teelexikon** mit Fachbegriffen findest du auch als [separates Dokument](#).



Alles über Tee ○ CTC–Verfahren

Crushing – Tearing – Curling (Zermahlen – Zerreißen – Rollen)

→ verkürztes industrielles Verfahren zur Produktion von Tee für Teebeutel (Anwelken, maschinelles Schneiden und Rollen in einem Arbeitsgang, Färmentieren, Sortieren)

Alles über Tee ○ Grüntée

→ **unfermentierter Tee**

Durch Behandlung mit heißem **Wasserdampf** oder **Erhitzen** in einer Pfanne werden die für die Färmentierung zuständigen Enzyme zerstört. Dadurch bleibt die grüne Blattfarbe erhalten und auch die Gerbstoffe im Blatt. Grüntée hat sehr positive Auswirkungen auf die Gesundheit.

Zubereitung → mit **70 bis 80 Grad heißem Wasser** übergießen [sonst wird er bitter; und Kenner genießen erst den 2. Aufguss], 2-3 Minuten [jedoch nie länger als 5 min] ziehen lassen

Alles über Tee ○ Weißtee

→ **getrockneter Tee**

Unfermentierter, sehr hochwertiger Tee, bei dem die silbrig-weißen Härchen der Blattknospen noch sichtbar sind; zarter, weißer Flaum der Knospen erkennbar (auch Silver-Needle; als Grün- oder Schwarztée); Gewinnung durch **Trocknung** (ähnlich wie Heu)

Zubereitung → wie Grüntée

Alles über Tee ○ Gelber Tee

→ **schwach fermentierter Tee** (max. 20%)

Teesorte liegt zwischen Oolong und weißem Tee

Zubereitung → mit max. 90°C heißem Wasser; ergibt sehr goldene Tasse (daher auch der Name)



Alles über Tee ○ Oolong Tee

→ **halbfermentierter** Tee

durch Rösten wird die Fermentation vorzeitig beendet; liegt geschmacklich zwischen grünem und schwarzem Tee

Zubereitung → mit max. 90°C heißem Wasser; ergibt sehr goldene Tasse (daher auch der Name)

Alles über Tee ○ Schwarztee (Roter Tee)

→ **fermentierter** Tee

Herstellung traditionell oder CTC-Verfahren (siehe oben)

Zubereitung → Aufguss mit **kochendem** Wasser

Ziehzeit → 3 min (anregend) bis 5 min (beruhigend, da mehr Gerbstoffe freigesetzt werden), über 5 min keine Wirkung mehr

Alles über Tee ○ Teebeutel

Es ist ein Irrtum, dass Teebeutel schlechte Qualitäten enthalten würden. Im Gegenteil! Lediglich der verwendete Blattgrad ist kleiner. Dennoch sollte man gerade hier auf Bio-Ware achten.

Alles über Tee ○ Aufbewahrung von Tee

Bewahre den Tee möglichst **in der Originalverpackung** auf, welche du **in einen luftdicht schließenden Behälter** steckst.

Alles über Tee ○ Hinweise

Ein **Teelexikon** mit Fachbegriffen findest du als gesondertes Dokument. Die anschließende Grafik mit den **Teeblattnamen** findest du ebenso noch einmal als Extra-Datei.

Alles über Tee ○ Jedes Blatt hat seinen Namen.

