



Alles über Tee ☉ Teezubereitung in 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]*[für 2 große Teebecher á 300 mL oder 4 normale (kleine) Teetassen á ca. 150 mL] → 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.

In diesem Rezept steckt viel Experimentierpotenzial: Man kann mit den Gewürzen und dem Zucker variieren sowie auch mit der Teesorte [etwas kräftiger schmeckt z.B. ein Gemisch aus einem Drittel Assam oder Ceylon-Tee und zwei Dritteln Darjeeling oder man verwendet eine Ostfriesische Mischung, wo der Assam-Anteil noch höher ist] und dem Anteil von Milch bzw. Wasser. Auch die Milchsorte lässt sich ändern [z.B. statt 3,5% Fettgehalt nur 1,5%-ige oder gar eine Pflanzenmilch].

* **Masala Chai-Zutaten umgerechnet pro 1 Liter Milch** → 9–10 TL (ca. 3 EL) Schwarztee [Darjeeling], ca. 1–1,3 L Wasser, 1 L Milch, 12–16 TL (es reichen aber im Prinzip schon 6–8 TL) Zucker, 3 Stangen Zimt [oder 1½ TL Zimtpulver], 24 Kardamomkapseln [aufgebrochen bzw. angedrückt], 6–9 Stück Sternanis, etwas Koriander (frisch gemahlen, ca. 3 Prisen), 1 knappen TL Ingwer-Pulver [am besten getrockneten Ingwer reiben] (und wer es mag: 3–6 Gewürznelken).

