



Teestunde für Genießer

Die ganze Welt des Tees

ars vivendi 

Teestunde
für Genießer

Die ganze Welt des Tees

ars vivendi

Originalausgabe

© 2015 by ars vivendi verlag GmbH & Co. KG, Cadolzburg
Vollständig überarbeitete, erweiterte und neu gestaltete Ausgabe

© Fotografien siehe Bildnachweis

© Texte siehe Textnachweis

www.arsvivendi.com

Alle Rechte vorbehalten

Grafische Gestaltung: Silke Klemt, www.silkeklemt.de

Umschlaggestaltung: Anna Ponton unter Verwendung
eines Fotos von Tina und Horst Herzig

Lithografie: Reprostudio Harald Schmidt, Nürnberg

Druck: Druckerei Florjancic

Printed in Slovenia

ISBN 978-3-86913-488-8



Inhalt

7	Teelegenden Die Erfindung des Tees
15	Der »Sinn« des Tees Philosophie des Teetrinkens
39	Tee zubereiten Internationale Rezepte
49	In der Ruhe liegt die Kraft Was Tee bewirkt
73	Eine Geschmacksfrage Internationale Teezeremonien und Teebräuche
113	Zum Tee serviert Rezepte für Teegebäck
127	Mit Tee zubereitet Rezepte mit Tee
140	Textnachweis
141	Bildnachweis



Tee-Legenden

Die Erfindung des Tees



Als Bodhidharma einstmals des Nachts meditierte, überkam ihn der Schlaf, und die Augen fielen ihm zu. Als er kurze Zeit später hochschreckte, geriet er über seine Nachlässigkeit so außer sich, dass er sich die Augenlider abschnitt, um nicht wieder in Schlaf fallen zu können. Die Lider, so geht die Sage, fielen zu Boden; die Wimpern bildeten sich zu feinen Wurzeln aus, und noch während der Nacht blühte der Teestrauch. Als Bodhidharma am nächsten Tag von den Blättern kostete, durchrann ihn eine helle Wachheit für immer.

Ewald Arenz









*Hoffnung ist wie Zucker im Tee:
Auch wenn sie klein ist, versüßt sie alles.*

Chinesisches Sprichwort



Es trug sich vor langer Zeit zu, noch vor der Ära der Fünf Herrscher, die jener der berühmten Drei Dynastien voranging. Es war, frei herausgesagt, das Goldene Zeitalter der Drei Erhabenen. Eben war die Erde erschaffen worden, und es herrschten Götter als Kaiser. Der letzte dieser Drei Erhabenen hieß Shen Nung. Er trug den Kopf eines Ochsen auf einem Menschenkörper, was allein schon ein augenfälliges Zeichen seiner Göttlichkeit gewesen wäre, und er war bestrebt, das Los der Erdenbürger zu verbessern. Also erfand er den Ackerbau mit den fünf ertragreichsten Getreidearten: Weizen, Reis, Hirse, Sorghum und Soja. Jahr für Jahr säte er selbst vor versammeltem Volk aus. Die Freude darüber war groß. Dennoch war Shen Nung nicht restlos zufrieden; für die Feldarbeit musste man gesund und bei Kräften sein. Also erfand der Kaiser Heilkunst und Medizin und befahl in seiner großen Fürsorge seinen Untertanen, Wasser vor dem Trinken abzukochen, denn man muss wissen, dass zur Zeit der Erhabenen Wasser das einzige Getränk war.

Eines Tages, es war sehr heiß, lagerte Shen Nung im Schatten eines Strauchs. Er war durstig und kochte, dem neuen Brauche folgend, ein wenig Wasser ab. Plötzlich erhob sich eine erfrischende Brise und ließ die Blätter des Strauches freudig erschauern. Der Erhabene fühlte sich, der Eingebung des Augenblicks folgend, zu ein paar Versen gedrängt. Da lösten sich drei Blätter vom Strauch, wirbelten durch die Luft und fielen in das kochende Wasser. Shen Nung wartete ein wenig und führte dann, neugierig geworden, das aus dem Zufall geborene Getränk an die Lippen. Nie noch hatte er solches Labsal gekostet! Der wilde, namenlose Strauch, in dessen Schatten der letzte der Erhabenen zu lagern geruht hatte, wurde so zum Teestrauch.

aus: Lob dem Himmelstau oder Brevier vom Tee



Der »Sinn« des Tees

Philosophie des Teetrinkens



福

無

卐

卐

卐

卐

卐



Meister Zhaozhou fragte einmal einen neu
angekommenen Mönch: »Bist du schon einmal hier gewesen?«
»Ich war schon mal hier.«
Der Meister sagte: »Geh, trink 'ne Schale Tee!«
Wieder einmal fragte er einen Mönch, dieser sagte: »Ich war
noch nie hier.«
Der Meister sagte: »Geh, trink 'ne Schale Tee!«
Danach fragte ihn der Tempelvorsteher: »Warum sagst du
sowohl einem, der schon mal hier war, ›Geh, trink 'ne Schale
Tee‹, als auch einem, der noch nie hier war, ›Geh, trink 'ne
Schale Tee?‹«
Der Meister rief: »Tempelvorsteher!«, der Vorsteher: »Ja?«
Der Meister sagte: »Geh, trink 'ne Schale Tee!«

Japanischer Kōan



*Die Franzosen behandeln
die Liebe mit der Sorgfalt,
die wir (Engländer) nur an
den Tee verschwenden.*

Francis Thompson





Tee zubereiten

Aus den Teeküchen der Welt

Hausgemachter

Earl-Grey-Tee

20 Tropfen natürliches Bergamottöl

50 g schwarzer Tee

Außerdem: 1 Bierdeckel

Das Bergamottöl auf ein Stück Bierdeckel tropfen. Dieses in ein Schraubglas legen und mit einem zweites Stück Bierdeckel abdecken. Die Teeblätter einfüllen, das Glas verschließen und 24 Stunden durchziehen lassen. Ergibt 50 Gramm.

Tipp: Für eine fruchtigere Note aromatisieren Sie den Tee mit 15 Tropfen Bergamottöl und 5 Tropfen Blutorangenöl. Der Earl-Grey-Tee gilt als der bekannteste und älteste aromatisierte Tee in Europa. Der Legende nach brachte der englische Adelige Earl Grey ihn im 19. Jahrhundert aus China mit. Bald darauf waren Lady und Earl Grey berühmt für ihre Teegesellschaften, bei denen natürlich Earl-Grey-Tee gereicht wurde.

Chai

(Indischer Gewürztee)

2 EL schwarzer Tee (Assam)

1/2 TL gemahlener Ingwer

1/4 TL Zimt

1/4 TL gemahlener Kardamon

1/4 TL gemahlene Gewürznelken

500 ml frisches Wasser

500 ml Milch

2 EL Honig

Tee, Gewürze und Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Dann bei geringerer Hitze etwa 15 Minuten köcheln lassen. Die Milch zugießen und nochmals aufkochen. Den Tee durch ein Sieb in eine Kanne gießen und mit Honig süßen. Heiß servieren. Ergibt 1 Liter.

Tipp: Nach indischem Brauch reicht man dazu verschiedene kandierte Früchte.



Thé à la menthe

(Minztee)

1 Bund Minze

1 EL schwarzer Tee

5 EL Zucker

1 l frisches Wasser

Die Minze waschen und trocken schütteln. Das Bund mehrmals mit den Händen wringen und die Blätter so andrücken. Minze, Tee und Zucker in eine metallene Teekanne geben. Das Wasser zum Kochen bringen und darübergießen. Den Tee 5 Minuten ziehen lassen, dann durch ein Sieb in Teegläser gießen. Ergibt 1 Liter.

Info: Minztee gilt in Marokko und Tunesien als Nationalgetränk. Er wird zu vielen Gelegenheiten und zu jeder Tageszeit getrunken. Man reicht ihn in hohen Gläsern auf einem silbernen Tablett. Tablett, Gläser und Kanne symbolisieren Erde, Sonne und Mond. Der Tee wird in hohem Bogen in die Gläser gegossen und vereint so die Elemente des Universums.

As-Sirat

(Jemenitischer Tee)

1 l Milch

4 TL schwarzer Tee

5 Zimtstangen

6 Kardamomkapseln

5 TL Honig

Die Milch zum Kochen bringen. Tee, Zimt und Kardamom in ein Teesieb geben und in eine Teekanne hängen. Mit der kochenden Milch übergießen und 2 Minuten ziehen lassen. Das Teesieb entfernen, den Tee mit Honig süßen und servieren. Ergibt 1 Liter.





Wo Tee ist, da ist Hoffnung. Sir Arthur Pinero



»*D*as Tor ist eine Idee aus dem Teegarten«, erklärte Namiko auf meinen fragenden Blick hin.
»Es dient nicht im eigentlichen Sinne als Hürde, sondern symbolisiert den Eintritt in ein tieferes Bewusstsein. Im Teegarten, wo die Teezeremonien vollzogen werden, ist der Besucher an dieser Stelle aufgefordert, seine weltlichen Sorgen abzustreifen und mit leerem Kopf weiterzugehen.«

Andreas Séché, *Namiko und das Flüstern*

Schwacher Tee

*ist wie der Kuss einer
ungeliebten Frau.*

Polnisches Sprichwort







Zum Tee serviert

Köstliche Snacks zur Teestunde

Klassische Scones (Teeküchlein)

500 g Mehl

1 Päckchen Backpulver

40 g Zucker

1 Prise Salz

120 g weiche Butter

2 Eier (Größe M)

250 g Naturjoghurt (3,5 % Fett)

1 Eigelb

Außerdem:

runder Ausstecher (7 cm Ø)

Mehl zum Arbeiten

Den Backofen auf 190 Grad vorheizen, ein Backblech mit Backpapier belegen. Mehl, Backpulver, Zucker und Salz in einer Schüssel mischen. Die Butter in Flöckchen, Eier und Joghurt zur Mehlmischung geben und alles rasch zu einem glatten Teig verkneten.

Den Teig auf der bemehlten Arbeitsfläche etwa 2,5 cm dick ausrollen und mit dem Ausstecher 12 Kreise ausstechen. Die Kreise auf das Backblech legen. Das Eigelb mit 1 EL Wasser verquirlen und die Scones damit bestreichen. Im Ofen (Mitte) in etwa 15 Minuten goldgelb backen. Ergibt 12 Stück.

Tipp: Servieren Sie die Scones frisch aus dem Ofen. Dazu gehört unbedingt selbst gemachte Konfitüre und ein Schälchen mit Clotted Cream oder – wenn die nicht zu bekommen ist – mit Mascarpone. Die ursprünglich aus Schottland stammenden Scones werden heute weltweit in zahlreichen Varianten gebacken. Die Küchlein schmecken übrigens auch mit einem herzhaften Aufstrich, z. B. der Preiselbeer-Mandel-Creme (siehe Seite 123), sehr fein.

Madeleines

80 g Butter

100 g Puderzucker

60 g Mehl

40 g gemahlene Mandeln

5 Eiweiß

1 TL flüssiger Honig

1Msp. Backpulver

Außerdem:

Madeleine-Form mit 12 Mulden

Butter und Mehl zum Arbeiten

Die Butter schmelzen und leicht bräunen lassen. Vom Herd nehmen. Puderzucker und Mehl in eine Schüssel sieben und die Mandeln untermischen. Die Eiweiße in einer zweiten Schüssel steif schlagen. Die Puderzucker- und Honigmischung unterheben, dann flüssige Butter und Honig unterziehen. Den Teig über Nacht im Kühlschrank ruhen lassen.

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen, die Madeleine-Form mit Butter ausstreichen und mit Mehl bestäuben. Das Backpulver unter den Teig rühren und diesen gleichmäßig in die

Mulden der Form füllen. Die Madeleines im Ofen (Mitte) in 15–20 Minuten goldbraun backen. Herausnehmen, aus der Form lösen und auf einem Kuchengitter auskühlen lassen. Ergibt etwa 12 Stück.

Tipp: Madeleines sind das französische Teegebäck schlechthin. In den klassischen Teig kommt etwas Honig. Diesen können Sie auch gegen 1 TL Orangenblütenwasser tauschen oder durch 1/2 TL abgeriebene Bio-Zitronen- oder Orangenschale ersetzen. Der Teig muss vor dem Backen gut durchkühlen.

Teezwieback mit Anis

2 Eier (Größe M)

200 g Zucker

2 EL Rum

250 g Dinkelmehl (Type 630)

1 TL Backpulver

1 TL gemahlener Anis

175 g Haselnusskerne

Außerdem:

Kastenform (25 cm lang)



Den Backofen auf 160 Grad vorheizen, die Kastenform mit Backpapier auslegen. Eier, Zucker und Rum mit dem Handrührgerät in etwa 10 Minuten hell und dickschaumig schlagen. Mehl, Backpulver und Anis mischen und mit den Haselnüssen unterrühren. Den Teig in die Form füllen und im Ofen (Mitte) in 50–60 Minuten goldgelb backen. Zur Garprobe ein Holzstäbchen in den Kuchen stechen. Haftet beim Herausziehen kein Teig mehr daran, ist der Kuchen fertig. Den Kuchen etwa 10 Minuten in der Form abkühlen lassen, dann auf ein Kuchengitter stürzen und vollständig abkühlen lassen. Den Kuchen über Nacht in ein feuchtes Küchentuch wickeln. Danach mit einem sehr scharfen Sägemesser in 2–3 mm dicke Scheiben schneiden. Diese auf zwei mit Backpapier belegten Backblechen verteilen. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen und die Scheiben im Ofen (Mitte) in etwa 5 Minuten goldgelb rösten. Mit dem Backpapier vom Backblech ziehen und auf einem Kuchengitter vollständig abkühlen lassen. Ergibt 50 Stück.

Tipp: Den Zwieback zum Aufbewahren in eine gut schließende Dose schichten. Hier ist er 3–4 Wochen haltbar. Wenn Sie die Scheiben etwas dicker schneiden, verlängert sich die Röstzeit um 3–4 Minuten. Beim Schneiden zerbrochene Scheiben in etwa kirschkorngroße Stücke zerbröseln und im Ofen rösten, bis sie knusprig sind.



*Wo Tee ist,
da ist Hoffnung.*

Sir Arthur Pinero

ISBN 978-3-86913-488-8

€ 16,90 (D)
€ 17,40 (A)

9 783869 134888

www.arsvivendi.com

ars vivendi 