

Geniesse diesen wohlschmeckenden, wärmenden, Tee zu jeder Tageszeit. Der klassische, nach dem Yoga-Lehrer Yogi Bhajan (1929–2004) benannte und nach dessen Originalrezepten zubereitete Yogi-Tee, enthält keinen schwarzen Tee und ist somit zu den teeähnlichen Getränken zu zählen. Der klassische Yogi-Tee besteht aus einer Gewürzmischung mit Zimt, Kardamom, Ingwer, Nelken sowie schwarzem Pfeffer.

Masala Chai
indischer Gewürztee

geschmacksKultur gmbh
Akademie für Sinne, Geist und Seele

Zubereitung:

*1 Teelöffel Yogi Tee – Classic,
in der Pfeffermühle oder im Mörser ganz fein mahlen
bzw. zerstoßen,
gemeinsam mit einem Liter kaltem Wasser in der
Pfanne langsam erwärmen, gut eine Stunde lang
köcheln, nach dem das Wasser den Siedepunkt erreicht
hat.
Zuletzt 1 bis 2 dl. Milch beifügen und nach Belieben
mit Kandis- oder Rohrzucker abschmecken.*

*Durch ein feines Sieb absieben und heiss servieren.
In einer Thermosflasche bleibt der indische Gewürztee -
Masala Chai - auch an kalten Wintertagen schön lange
heiss.*

*Möchtest du die Gewürzteesmischung - Masala Chai – selber
machen, dann verwende folgende ‚warme‘ Gewürze:*

- Zimtrinde*
- Kardamomkapseln*
- Ingwer, frisch oder getrocknet*
- Gewürznelken und*
- schwarzer Pfeffer*
- 1,5 Liter Wasser*
- 1 - 2 dl. Milch*
- Kandis- oder Rohrzucker*

Zubereitung:

*Den Ingwer in feine Scheiben schneiden.
Alle Gewürze mit dem Mörser grob zerstoßen und in einem
Topf unter Rühren (ohne Fett!) bei mittlerer Hitze rösten, bis
sie zu duften beginnen.*

*Wasser, Ingwer und die Gewürze in einem grossen Kochtopf
auf kleiner Flamme 1 Stunde köcheln lassen. Milch und
Kandis- oder Rohrzucker zufügen und abschmecken.*

Den Tee durch ein Sieb abgiessen und heiss trinken.