

Inhalt

7	Vorwort
10	Tee-Geschichte(n)
12	Die Wiege der Teekultur
16	Der Tee erobert den Westen
24	Auf den Spuren des grünen Tees
26	Die Pflanze: Camellia sinensis
44	Ernte und Verarbeitung der Teeblätter
44	Reise zum grünen Tee
64	Lebenskunst mit grünem Tee
66	Teezeremonien – Teerituale
86	Die Geheimnisse der Teezubereitung
96	Von der Tasse auf den Teller
128	Wellness durch grünen Tee
130	Gesund durch grünen Tee
136	Grüner Tee für die Schönheit
144	Praktisches Teebrevier
146	Kleine Teeverkostung
152	Teekannen aus aller Welt
154	Interessante Adressen und Bücher
159	Die Sprache des Tees