

INHALT

Vorwort	6	KRÄUTERTEES	130
WAS IST TEE?	8	Was ist ein Kräutertee?	132
Die heutige Teekultur	10	Wurzeln	134
Was gibt's Neues beim Tee?	12	Rinde.	136
Die Pflanze, die die Welt veränderte	14	Blüten	138
Anbau und Ernte	16	Blätter	140
Terroir	18	Früchte und Samen	142
Verarbeitung	20	Kräutertees selber mischen	144
Von der Plantage in die Kanne	22	Wellnesswirkung	146
Eine Pflanze, viele Tees	24	Das Wellnessrad	148
Matcha	28	REZEPTE	150
Teeblumen	30	Grüner Tee	152
Gesunder Tee	32	Eistee	162
DER PERFEKTE AUFGUSS	34	Weißer Tee	164
Lose Blätter oder Beutel?	36	Oolong-Tee	169
Tee richtig lagern	38	Kombucha	174
Verkosten wie ein Profi	40	Schwarzer Tee	176
Die perfekte Zubereitung	42	Masala Chai	182
Mit allen Sinnen	48	Gelber Tee	191
Geschmacksbewertung	50	Bubble Tea	192
Wasser	52	Heiße Kräutertees	198
Equipment	54	Kalte Kräutertees	204
Neue Zubereitungsverfahren	58	EXKURSE	
Die richtige Mischung	60	Geschichte des Tees	66
TEE AUS ALLER WELT	64	Der Afternoon Tee	72
China	74	Chinesische Teekultur	76
Die Gongfu-Cha-Zeremonie	78	Indische Teekultur	90
Indien	84	Teebräuche in aller Welt	94
Sri Lanka	92	Russische Teekultur	104
Japan	96	Trinkgefäß aus aller Welt	108
Chanoyu-Zeremonie	98	Marokkanische Teekultur	126
Taiwan	106	Glossar	218
Südkorea	110	Register	219
Die koreanische Darye	112	Dank	224
Türkei	118		
Vietnam und Nepal	120		
Kenia	122		
Indonesien und Thailand	124		
Vereinigte Staaten von Amerika	128		