

Tee – vielfältige Blätter

Tee gilt als eines der ältesten Getränke der Menschheit. In China wird die Teepflanze schon seit mehr als 5.000 Jahren kultiviert. Das MARKANT HandelsMagazin bietet Ihnen einen Überblick über die wichtigsten Sorten im heutigen Markt.

Als Tee im eigentlichen Sinn bezeichnet man nur die Sorten, die aus den Blättern der Teepflanze gewonnen werden. Hier die wichtigsten Sorten im Überblick.

Schwarzer Tee

... ist der Klassiker unter den Tees. Ursprünglich wurde er aus den Teepflanzen *Camellia sinensis* (Chinapflanze) und *Camellia assamica* (Assampflanze) gewonnen, heute werden vor allem die zahlreichen Kreuzungen dieser Pflanzen kultiviert. Seine braune bis kupferrote Farbe und seinen Geschmack erhält der Schwarztee durch Fermentation. Zu den bekanntesten Sorten gehören Darjeeling, Assam, Ceylon und Kenia. Die wichtigsten Anbauggebiete – auch für andere Teesorten – sind Nord- und Südindien, Sri Lanka, China und Kenia.

Grüner Tee

... stammt von derselben Pflanze wie Schwarztee, ist aber nur minimal fermentiert. Die Teeblätter werden nach der Ernte gedämpft, wodurch die Tee-Fermente inaktiviert werden und die Blätter ihre olivgrüne Farbe behalten. Grüner Tee hat einen höheren Gehalt an Vitaminen als Schwarztee. Die wichtigsten Sorten sind der duftig-leichte Sencha und der kräftig-herbe Gunpowder.

Weißer Tee

... gilt als der „Kaiser der Tees“ und ist nicht fermentiert. Die jungen Triebe des Teestrauches werden geerntet und getrocknet. Die Härchen an der Blattunterseite verleihen den getrockneten Teeblättern eine weiß-silberne Farbe, daher der Name. Für seine Herstellung eignen sich nur Blätter von Spitzengewächsen.

Oolong

... ist ein halbfermentierter Tee, der in Taiwan und China produziert wird. Bei der aufwändigen Herstellung fermentieren die Teeblätter nur am Rande. Der Geschmack reicht von malzig bis fruchtig-duftig, das Aroma erinnert an reife Pfirsiche und der Aufguss ist bernsteingelb bis tieforange.

Neben den eigentlichen Teesorten bietet der Handel heute zahlreiche Alternativen aus Kräutern und Früchten. Die wichtigsten Varianten im Überblick.

Kräutertee

... bezeichnet den Aufguss von Kräutern wie Pfefferminze, Kamille, Lindenblüte, Fenchel oder Salbei. Einigen Kräutertees wird eine heilende Wirkung zugeschrieben, insbesondere auf Verdauungstrakt und Atemwege. Da Kräutertees kein Koffein enthalten, eignen sie sich auch gut als Durstlöscher.

Früchtetees

... ist ein Aufgussgetränk aus Fruchtbestandteilen. Viele Früchtetees enthalten als Hauptbestandteil Malvenblüten und Hagebutten. Zu den Klassikern gehört neben dem Apfeltee und der Früchteteemischung der Holundertee. Früchtetees enthalten kein Koffein und sind deshalb als Durstlöscher geeignet. Sie sind nicht zu verwechseln mit aromatisierten Schwarzen oder Grünen Tees, denen Aromen mit Fruchtgeschmack beigegeben wurden.

Rooibos/Rooibush/Rotbusch

... ist ein ginsterartiger Strauch aus Südafrika, der in den 90ern als alternative Teesorte populär geworden ist. In Südafrika wird er auch zum Kochen und Backen sowie zur Herstellung von Kosmetik verwendet. Rooibos enthält kein Koffein, ist reich an Mineralstoffen und hat einen niedrigen Tanningehalt. Er gilt als Lieferant von Proteinen und Kalzium und soll Asthma, Ekzeme, Magenbeschwerden sowie die Symptome von Heuschnupfen lindern.

Mate-Tee

... wird aus den Blättern der südamerikanischen Stechpalme gewonnen. Neben zahlreichen Vitaminen und Mineralstoffen enthält Mate Koffein, das aber langsamer wirkt als beim Kaffee und daher besser bekömmlich ist.