



Der indische Schwarztee genuss. Masala Chai.

A L L T A G S R E Z E P T .

So macht man **Masala Chai** in Indien im **Alltag** → 1 L Milch, ½ L Wasser, ½ TL Zimt, 2 EL Zucker und 1 Prise Ingwer werden gemischt und aufgekocht. Dann 2 EL Schwarztee dazu geben und 3 min ziehen lassen. Nochmals aufkochen und durch ein Sieb gießen. Lecker!

F E S T L I C H E S R E Z E P T .

Für einen **festlichen Masala Chai** brauchst Du [für 2 große Teebecher á 300 mL oder 4 normale (kleine) Teetassen á ca. 150 mL] → 3 TL Schwarztee [Darjeeling], 1–1 ½ Tassen Wasser, 1 Tasse Milch, 4–6 TL Zucker (Inder mögen den Tee extrem süß, 3–4 TL reichen), 1 Stange Zimt [oder ½ TL Zimtpulver], 8 Kardamomkapseln [aufgebrochen bzw. angedrückt], 2-3 Stück Sternanis, etwas Koriander (1 Prise, frisch gemahlen), ¼ TL Ingwer-Pulver [am besten getrockneten Ingwer reiben] (und nur wer es mag: 1–3 Gewürznelken – ohne ist es aber fast noch leckerer).*

*Die Hauptzutaten sind aber: **Liebe** und **gute Gefühle**.*

Die **Zubereitung** → Jede indische Familie bereitet ihren Masala Chai anders. Das Wasser muss in einen Topf oder hohen Tiegel. Jetzt kommen alle Gewürze hinzu und das Ganze wird zum Kochen gebracht. Den Topf zudecken und etwa 10 Minuten bei kleiner Hitze köcheln. Jetzt Milch sowie Zucker hinzugeben und wieder zum Kochen bringen. Nun kommt der Schwarztee hinein. Den Topf wieder zudecken und die Hitzezufuhr abschalten [bzw. Topf von der Platte ziehen, um ein erneutes Kochen zu vermeiden]. Den Tee 2–3 Minuten ziehen lassen für eine anregende Wirkung bzw. etwa 5 Minuten für eine beruhigende Wirkung. Nun den Tee schnell durch ein Sieb gießen, um die Gewürze und Teeblätter zu entfernen. Sofort heiß servieren. Es gibt unendlich viele Möglichkeiten, Masala Chai zu kochen.

In diesem Rezept steckt viel Experimentierpotenzial: Man kann mit den Gewürzen und dem Zucker variieren sowie auch mit der Teesorte [etwas kräftiger schmeckt z.B. ein Gemisch aus einem Drittel Assam oder Ceylon-Tee und zwei Dritteln Darjeeling oder man verwendet eine Ostfriesische Mischung, wo der Assam-Anteil noch höher ist] und dem Anteil von Milch bzw. Wasser. Auch die Milchsorte lässt sich ändern [z.B. statt 3,5% Fettgehalt nur 1,5%-ige oder gar eine Pflanzenmilch].

* **Masala Chai-Zutaten umgerechnet pro 1 Liter Milch** → 9–10 TL (ca. 3 EL) Schwarztee [Darjeeling], ca. 1–1,3 L Wasser, 1 L Milch, 12–16 TL (es reichen aber im Prinzip schon 6–8 EL) Zucker, 3 Stangen Zimt [oder 1 ½ TL Zimtpulver], 24 Kardamomkapseln [aufgebrochen bzw. angedrückt], 6–9 Stück Sternanis, etwas Koriander (frisch gemahlen, ca. 3 Prisen), 1 knappen TL Ingwer-Pulver [am besten getrockneten Ingwer reiben] (und wer es mag: 3–6 Gewürznelken).

