



Tipps für die richtige Zubereitung von Tee

Für die Zubereitung Ihres Tees geben wir Ihnen einige Tipps, wie Sie das bestmögliche Geschmackserlebnis sowie eine maximale Ergiebigkeit erreichen oder auch auf Ihre persönlichen Belange beeinflussen können.

Einige grundsätzliche Aspekte für eine optimale Tee-Zubereitung sind hinsichtlich Tee-Menge/Dosierung, Filtergröße (Tee muss „schwimmen“, damit er sich voll entfalten kann und eine maximale Ergiebigkeit erreicht wird) Wasserqualität, Wassertemperatur, Ziehzeit aber auch mehrfaches Aufgießen ([Grüne Tees](#)) zu beachten.

Am Ende sind aber der individuelle Geschmack und eigene Vorlieben für die richtige Dosierung und Ziehzeit entscheidend. Am besten selbst ausprobieren – dabei sollen Ihnen unsere Tipps helfen.

Schwarzer Tee

Grüner Tee/Weißer Tee

[Aromatisierter Schwarzer Tee](#)

Rooibusch/Rotbusch

Kräutermischungen

Früchtemischungen

Japanischer Tee

Matcha-Tee

Oolong –Tee

Ritual der Ostfriesen

Wasserqualität

[Hinweis vom Bundesinstitut für Risikobewertung \(BfR\)](#)

Blattgrade

Schwarzer Tee

Der klassische Schwarze Tee wird immer mit weichem, frischem und kurz aufgekochtem Wasser überbrüht (mehrfaches Aufkochen entzieht dem Wasser

[zurück zur 1. Seite](#)

geschmacksbildende Mineralien, was direkten Einfluss auf den Tee-Geschmack hat). Die Tee-Menge sollte ca. 2-3 Gramm (je nach Teevolumen) pro Tasse betragen – bei einem Liter benötigen Sie etwa 4-6 TL. Geben Sie dem Tee viel Platz, damit er sich voll entfalten kann und eine maximale Ergiebigkeit erreicht wird.

Die Ziehzeit bei den meisten Schwarztees sollte 2-3 Minuten betragen, damit die Bitterstoffe des schwarzen Tees nicht gelöst werden. Ein Darjeeling first flush kommt schon mit 2 Minuten aus –second flush, autumnal und in-between können auch gern 4 Minuten ziehen. Beim Assam-Tee sollte die Ziehzeit je nach Blattgrad ([Broken], [BOP] oder Blatt [OP]) zwischen 3 und 5 Minuten betragen, was dann deutliche Geschmacksunterschiede bewirkt – leicht-malzig aromatisch bis kräftig-würzig aromatisch. Am Ende entscheidet der persönliche Geschmack – variieren Sie die Ziehzeit, und probieren Sie es einfach aus.

Grüner Tee/Weißer Tee

Für eine Tasse benötigen Sie etwa 2-3 Gramm oder für 1 Liter fertiges Teegetränk 4-6 Teelöffel (je nach Teevolumen).

Das frische Wasser soll kurz aufkochen und anschließend auf ca. 80°C abkühlen, bevor Sie den Tee schwimmend aufgießen – bei geöffnetem Deckel des Wasserkochers dauert dies etwa 5-6 Minuten.

Bei sehr hochwertigen Grünen Tees ([japanische Senchas](#), [Gyokuros](#) oder Chinesischen Oolong) empfiehlt sich wegen der feinen Geschmacks- und Inhaltsstoffe nach dem kurzen aufkochen des Wassers eine reduzierte Wassertemperatur zwischen 60°C und 70°C (die Abkühlzeit beträgt hier schon ca. 10 Minuten*).

*Tipp: Sie erreichen nach dem Kochen des Wassers schneller die gewünschte Wassertemperatur, wenn sie das Wasser mehrfach zwischen Wasserkocher und einer sauberen, nicht vorgewärmten Teekanne, hin- und her füllen! ggfs. die Teekanne mit kaltem Leitungswasser vorspülen. Um ein Gespür für die Abkühlzeit zu bekommen, empfehlen wir ein Tee-Wasser-Thermometer (unsere Art.-Nr. 7022).

Die Ziehzeit sollte 1-3 Minuten betragen – wenn Sie den Tee mehrfach aufgießen wollen reicht bei sehr hochwertigen Tees sogar schon 1 Minute, – denn fast alle Grüntees lassen sich dann sogar 2-3mal aufgießen und entwickeln dabei eine Vielfalt an Geschmacksnuancen. Damit erreichen Sie bei Grüntees vielfach auch eine höhere Ergiebigkeit. Beachten Sie, dass die Ziehzeit für den 2. und 3. Aufguss nur noch sehr kurz sein soll (zwischen einer halben und einer Minute) und die Infusion (Teeblätter) bis zum nächsten Aufguss im Kühlschrank aufbewahrt wird. Der Koffeingehalt ist ab dem 2. Aufguss deutlich bis nicht mehr nachweisbar reduziert – als Abend-Tee zu empfehlen.

Aromatisierter Schwarzer Tee

Dosierung: 2-3 Gramm pro Tasse – ca. 4-5 TL für 1 Liter

Wasser: [Mit Sprudelnd kochendem Wasser aufbrühen](#)

Ziehzeit: 2 ½ bis 3 ½ Minuten

Der individuelle Geschmack sollte vorrangig über die Dosierung erreicht werden – die Ziehzeit sollte im empfohlenen oberen Rahmen nicht überschreiten, damit die Bitterstoffe des schwarzen Tees nicht gelöst werden.

Aromatisierter Grüner Tee

Bei den aromatisierten Grüntees sollte die Wassertemperatur nach dem Kochen auf ca. 80°C abgekühlt sein, da der grüne Tee sonst bitter werden könnte.

Dosierung: 2-3 Gramm pro Tasse – ca. 4-5 TL auf einen Liter

Wasser: Mit 75°C-80°C heißem Wasser aufgießen

Ziehzeit: 2 ½ bis 3 ½ Minuten

Rooibusch/Rotbusch

Den Rooibusch mit frischem sprudelnd kochendem Wasser aufbrühen und 8 bis 10 Minuten ziehen lassen.

Dosierung: 5 bis 6 TL auf einen Liter

Wasser: [Mit Sprudelnd kochendem Wasser aufbrühen](#)

Ziehzeit: Mindestens 8 Minuten – eine längere Ziehzeit macht den „Tee“ dunkler aber nicht bitter.

Rooibusch-Tees sind frei von Koffein und Gerbsäure und deshalb für Kinder und am Abend gut geeignet!

Kräutermischungen/Kräutertees

Die Kräutermischungen/Kräutertees mit frischem sprudelnd kochendem Wasser aufbrühen und 8 bis 10 Minuten ziehen lassen.

Dosierung: 5 bis 6 TL auf einen Liter

Wasser: [Mit Sprudelnd kochendem Wasser aufbrühen](#)

Ziehzeit: Mindestens 8 Minuten – je nach Belieben auch länger

Früchtemischungen/Früchtetees

Früchtemischungen/Früchtetees mit frischem sprudelnd kochendem Wasser aufbrühen und 8 bis 10 Minuten ziehen lassen.

Dosierung: 5 bis 6 TL auf einen Liter

Wasser: [Mit Sprudelnd kochendem Wasser aufbrühen](#)

Ziehzeit: Mindestens 8 Minuten – je nach Belieben auch länger

Japanischer Tee

Unsere Japanischen grünen Tees sind von sehr hoher Qualität und sollten deshalb alle mit reduzierter Wassertemperatur zubereitet werden.

Generell gelten auch hier die Zubereitungsregeln des Grünen Tees – jedoch empfehlen wir, selbst auszuprobieren, mit welcher Dosierung, Wassertemperatur, Ziehzeit und Anzahl Aufgüssen Sie sich Ihren japanischen Grüntee zubereiten wollen.

Dosierung: 2-3 Gramm pro Tasse – ca. 4-5 TL auf einen Liter
Wasser: je nach Sorte nach dem Kochen mit 60°C, 70°C oder 80°C abgekühltem Wasser schwimmend aufgießen
Ziehzeit: 1-3 Minuten – bei mehrfachen Aufgüssen nur 1 Minute beim ersten und ½ Minute bei den folgenden Aufgüssen

[Starten Sie am besten nach den Zubereitungs-Regeln des Grünen Tees:](#)

Matcha-Tee

Dosierung: 1 Gramm Matcha-Pulver, ca. ½ TL, in eine Matcha-Schale geben
Wasser: Nach dem Aufkochen auf ca. 80°C abkühlen lassen und dann aufgießen
Anschließend den Tee in der Schale schaumig schlagen (Matcha-Besen).

Oolong-Tee

Oolong-Tee gibt es in vielen verschiedenen Fermentationsgraden. Unsere Oolong-Tees entsprechen mehr den teilfermentierten Qualitäten und sollten deshalb wie [grüne/weiße Tees](#) zubereitet werden. Fermentierte Oolong-Tees werden dagegen eher wie [Schwarztees](#) zubereitet.

Für unseren China Oolong Tie Kuan Yin nehmen Sie ca. 14 Gramm (ca. 6 TL) auf 1 Liter Wasser und verwenden einen großen Filter (Art.-Nr. 7002 oder 7143).

Frisches, weiches Wasser kurz aufkochen und dann auf ca. 80°C-90°C abkühlen lassen – ca. 4-6 Minuten warten

Dosierung: 2-3 Gramm pro Tasse, ca. 6 TL auf 1 Liter
Wasser: je nach Sorte mit 80°C oder 90°C abgekühltem Wasser schwimmend aufgießen
Ziehzeit: nur etwa 2 Minuten

Sie können diesen Tee auch mehrfach aufgießen, wenn sie die Ziehzeit beim ersten Aufguss auf ca. 1 Minute reduzieren und danach für den zweiten und dritten Aufguss mit gleicher Wassertemperatur den Tee nur noch ½ Minute ziehen lassen – probieren Sie es aus und variieren Sie die Ziehzeit und das mehrfache Aufgießen ganz nach Ihrem persönlichen Geschmack.

[zurück zur 1. Seite](#)

Ritual der Ostfriesen

Mit unseren Ostfriesenmischungen können Sie sich das jahrhundertealte Ritual der ostfriesischen Teezubereitung auch nach Hause holen. Ob Sie sich für unseren Blatt-Tee oder den noch kräftigeren Broken entscheiden, mit der Zubereitung und dem Drumherum kommen Urlaubsgefühle und Gemütlichkeit auf.

Geben Sie pro Tasse einen gehäuften Teelöffel in die zuvor mit heißem Wasser ausgespülte Teekanne und einen weiteren Teelöffel Tee für die Kanne hinein. Jetzt gießen Sie frisches, kurz aufgekochtes Wasser drei Finger hoch auf die Teeblätter. Nachdem der Tee drei Minuten auf einem Stövchen gezogen hat, füllen Sie die Kanne ganz mit abgekochtem Wasser auf und gießen Sie den Tee durch ein Sieb in eine zweite vorgewärmte Kanne um.

Servieren Sie den Tee mit Kluntjes und frischer Sahne. Mit etwas Übung lässt sich die Sahne mit einem kreisenden Löffel vorsichtig vom Tassenrand zu einem Wölkchen auf den Teespiegel aufsetzen. Der Tee darf jetzt nicht mehr umgerührt werden. Der erste Schluck soll herb, der letzte süß und mild sein.

Wasserqualität

Das Wasser für einen guten Tee soll weich sein. Am besten erkundigen Sie sich bei Ihrem örtlichen Wasseranbieter und lassen sich den Härtegrad und wenn möglich weitere Werte zur Wasserqualität geben. Erst danach sollten Sie entscheiden, ob Sie einen Wasserfilter für Ihre Teezubereitung benötigen. Den Unterschied der Wasserqualität werden Sie schnell herauschmecken, wenn Ihr Leitungswasser für Tee nicht so gut geeignet ist.

Härtebereich	Millimol Calciumcarbonat per Liter	Härtegrad in °dH
weich	weniger als 1,5	kleiner als 8,4
mittel	1,5 bis 2,5	8,4 bis 14
hart	mehr als 2,5	mehr als 14

Wie am Anfang schon erwähnt, werden dem Wasser durch mehrfaches Aufkochen geschmacksbildende Mineralien entzogen, was direkten Einfluss auf den Teegeschmack hat. Lassen Sie das Wasser deshalb nur einmal aufkochen, um es dann sprudelnd oder je nach Tee-Qualität abgekühlt für den Aufguss zu verwenden*.

***Hinweis vom Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR)**

*Für Kräutertees, Früchtetee (Früchtemischungen) und Rooibusch-Tees - ob lose oder als Teebeutel – gilt, dass diese **unbedingt mit sprudelndem, kochendem Wasser übergossen und die angegebene Ziehdauer eingehalten werden** sollte. Den in den vorgenannten*

Mischungen können in seltenen Fällen Keime, wie zum Beispiel Salmonellen enthalten sein, die durch Erhitzen abgetötet werden. Bei falscher Zubereitung können diese zu einem Gesundheitsrisiko werden, insbesondere bei Kindertees.

(Quelle: Stellungnahme Nr. 045/2005 des BfR vom 13. September 2005)

Blattgrade

BLATT- GRADE DES TEES	ERLÄUTERUNG DER ABKÜRZUNGEN	GRÖSSE DES TEE-BLATTES
FP	Flowery Pekoe	kleiner Blatt-Tee
FBOP	Flowery Broken Orange Pekoe	gröberer Broken-Tee
GBOP	Golden Broken Orange Pekoe	feiner Broken-Tee
GFBOP	Golden Flowery Broken Orange Pekoe	feiner Broken-Tee mit Tips
FOP	Flowery Orange Pekoe	Blatt-Tee
GFOP	Golden Flowery Orange Pekoe	Blatt-Tee, blumig
TGFOP1	Tippy Golden Flowery Orange Pekoe 1	Blatt-Tee, blumig, würzig
FTGFOP1	Finest Tippy Golden Flowery Orange Pekoe 1	Blatt-Tee, blumig, würzig, tippy
SFTGFOP1	Special Finest Tippy Golden Flowery Orange Pekoe 1	Blatt-Tee, blumig, würzig, tippy höchste Blatt und Verarbeitungsqualität
BOPF, OF	Broken Orange Pekoe Fannings	sehr feiner Broken-Tee/Tee-Staub für die Teebeutelproduktion
PD	Pekoe Dust	

ABKÜRZUNGEN	
S	Special
F	Finest
T	Tippy
G	Golden
F	Flowery
O	Orange
P	Pekoe

GROSSBLÄTTRIGE TEES WERDEN NACH UNTERSCHIEDLICHEN QUALITÄTS-STUFEN UNTERSCHIEDEN:	
PEKOE	haben feine Härchen auf den Knospen und Blattunterseiten der jüngsten Triebe
FLOWERY PEKOE	sind Blatt-Triebe der Frühjahrs-Pflückung mit zartem Duft
ORANGE PEKOE	wird als königliches Blatt bezeichnet (langes, größeres Blatt)

Die o.g. Sortierungen haben ein dünnes, drahtiges Blatt mit mehr oder weniger hohem Anteil an Tips (Blattknospen, die sich aufgrund des geringen Gerbstoffanteils bei Fermentieren nicht verfärben).

Die Urheberrechte dieser Zubereitungs-Tipps liegen bei TEAGARDEN® Margret Gail e.K., 33803 Steinhagen