

■ Was ist Grüntee?

Grüner Tee wurde in China im 3. Jahrtausend v.Chr. entdeckt, als - so erzählt die Legende - dem Kaiser Chen Nung ein Blatt von einem wildwachsenden Teestrauch in eine Schale mit heißem Wasser fiel.

Zunächst galt grüner Tee ausschließlich als Heilmittel. Erst im 8. Jahrhundert n.Chr. schuf der Schriftsteller Lu Yu das Teegedicht und begründete hiermit eine neue Kultur für Tee als Genussgetränk: die Teezeremonie.

Im 9. Jahrhundert n.Chr. wurden die ersten Teepflanzen nach Japan geschmuggelt. Ausgehend von den Zen-Klöstern entwickelte sich im 15. Jahrhundert die strengere japanische Teezeremonie: die Meditation über die Zubereitung des grünen Matcha-Tees.

In Indien begann die Geschichte des Tees zu Beginn des 19. Jahrhunderts, als einerseits in der Region Assam wildwachsende Teepflanzen entdeckt und andererseits Teepflanzen aus China eingeführt wurden. Die einheimische Teevariante, die sich gut für würzige Schwarztee eignet, wird nach ihrer Herkunft *Camellia assamica* genannt, im Gegensatz zur Variante *Camellia sinensis* aus China.

Schwarztee gab es eigentlich nur aus Gründen der Haltbarkeit. Nach den Erfahrungen mit langen Seetransporten bei Tee haben die Engländer ein Verfahren zur gesteuerten Fermentation entwickelt und besonders in Darjeeling perfektioniert.

Heute werden auch in Indien und in Sri Lanka sehr schöne Grüntees hergestellt – wir haben einige im Sortiment.

■ Die Ernte



Grüner Tee wird in mehreren Pflückperioden von April bis September geerntet. In Japan wie in China und auch den anderen Ländern ergibt die erste Pflückung Ende April die beste Qualität. Der Klimawandel ist hier übrigens schon merkbar, die Ernten verschieben sich nach vorne.

Speziell in Japan wird der erste Tee des neuen Jahrgangs gefeiert wie bei uns der Primeur des Weines. Die ganze Landschaft duftet, es ist Aufmacher in

allen Tageszeitungen. In Japan werden typischerweise die verschiedenen Pflückungen, meistens drei, getrennt vermarktet.

In China sind die berühmten, intensiven Tees mit malerischen Namen wie ‚Drachenquelle‘, ‚Liebliche Augenbraue‘ oder ‚Jadespirale des Frühlings‘ ebenfalls sehr frühe Pflückungen. Die edelsten Tees kosten bis zu 500 EUR pro Kilo. Für Standardtees werden die verschiedenen späteren Pflückungen des Jahres zu einem gleichbleibenden Geschmacksbild gemischt.

Bei der Ernte werden die zarten zwei bis drei oberen Blätter der Sträucher von Hand gepflückt oder, wie in Japan, mit kleinen, leichten Erntemaschinen geerntet. Nach ca. zwei Wochen sind sie nachgewachsen, sodass die zweite und später noch eine dritte und weitere Pflückungen stattfinden können.

■ Japan: Kagoshimas Spezialität, Halbschattentees



Kagoshimas Spezialität sind Halbschattentees, auf japanisch ‚Kabusé‘. Hierzu werden schwarze, dünne Netze kurz vor der Ernte, für etwa 10 Tage, über die Teesträucher gelegt.

Die Blätter werden dadurch dunkler, weicher und duftiger. Der Tee hat einen höheren Gehalt an Inhaltsstoffen wie Vitamine, Aminosäuren und Catechine. Die Medizinaltees im alten China waren immer Schattentees, da sie als gesünder galten. Bei Vollschattentee sind die Netze dichter als bei Kabusé-Tees.

■ Verarbeitung

Grüner Tee wird direkt nach der Ernte frisch verarbeitet. Um eine Fermentation bzw. Oxidation - die beim Schwarztee erwünscht ist - zu verhindern, werden die unverletzten Teeblätter zunächst über Wasserdampf gedämpft oder in Woks bzw. in beheizten Trommeln erhitzt und somit sterilisiert. In den folgenden Arbeitsschritten wird der Tee geformt, z.B. gepresst oder gerollt. Dann getrocknet: entweder in Gas- oder Holz-beheizten Trocknungstrommeln, oder von Hand im Wok und anschließend über kleinen Holzkohleöfen.

Während des Verarbeitungsvorgangs bekommt der Grüntee also seine typische Blattform: beispielsweise das glatte, nadelige Blatt des Japan Senchas, die festen Kügelchen des China Gunpowders, die spiralg - lockere Blattform des Pilo Chun , das flache Blatt des Lung Ching.

Die Verarbeitungsweise prägt sehr stark den Charakter des Grüntees. Im hochtechnisierten **Japan** wird der grüne Sencha-Tee innerhalb von 2 Stunden nach der Ernte in der eigenen Teefabrik über Wasserdampf gedämpft, getrocknet und zum glatten Sencha-Blatt gebürstet. Der Tee wirkt sehr frisch, herb und rassig und hat eine hellgrüne Tasse. Er entwickelt die typischen Aromen nach Heu, Spinat, Alge, Jasmin und Lichee. Bekannt ist auch der großblättrige Bancha-Tee, eine sehr milde, etwas teinärmere, meistens späte Pflückung.

In **China** welken die grünen Tees zuerst traditionell 2-3 Stunden auf Matten. Anschließend werden sie entweder im Wok, meistens heute aber maschinell in sich drehenden



Trommeln erhitzt, dann geformt und anschließend getrocknet. Die Tees sind weicher, milder mit leichter Herbe und haben feifruchtige oder würzige Aromen. Die Tasse ist goldgelb. Das Holzfeuer der Trocknungsräume gibt häufig eine typische zart-rauchige Note dazu. Eine besondere chinesische Spezialität sind **Teerosen** Mu Dan: dieser kunstvolle Tee aus

„two leaves and a bud“ wird in Handarbeit in noch nicht getrocknetem Zustand zu kleinen Sträußchen gebunden, zu Blüten gepresst und anschließend getrocknet. Aufgegossen in einer Glaskanne entfalten sich die Teerosen – ein schöner Anblick.

Weitere besonders feine Tees aus China sind Lung Ching, Pilo Chun oder Dragon Pearls, die von Hand im großen Wok geformt werden. Edle Tees werden in China ganz von Hand verarbeitet, Standardtees eher durch Maschinen: Röst/Dämpfmaschine, Roller, Trocknungstrommeln.

■ Zubereitung

In der Regel werden grüne Tees mit leicht abgekühltem Wasser und kürzerer Ziehzeit als Schwarztees aufgegossen.

Es gilt: je besser der Grüntee, desto niedriger die Temperatur.

Für unsere guten Standard-Grüntees wie Darjeeling Grüntee Simiripani, China-Aktionstee, China Chun Mee und die aromatisierten Grüntees empfehlen wir eine Wassertemperatur von 90 - 95°C und eine Ziehzeit von 2-3 Minuten. Gehobene Qualitäten wie Dragon Pearls und Japan Senchas werden bei 80 - 90°C aufgebrüht. Premium-Senchas der 1. Pflückung werden eher bei 75°/80°C zubereitet, da sonst die frischen, duftigen Aromen (Amino-Verbindungen) beeinträchtigt werden und der Tee bitter wird. Achtung, das Wasser soll aber zuvor gekocht haben und dann sich abkühlen.

Die Ziehzeit beträgt 1-2 min. Doch wir möchten anregen, selbst ein wenig mit Wassertemperatur und Ziehzeit zu experimentieren, da 1) die Angaben in der Literatur recht vielfältig sind, und 2) jeder auf seine eigene Methode schwört. Bei hochwertigen Tees ist ein mehrfacher Aufguss der noch warmen Teeblätter möglich. Auf unseren Teepackungen ist die Zubereitungsart jeweils angegeben.

■ Chinas Spezialitäten: Weißer Tee

Noch kurz etwas zu weiteren Teespezialitäten, die weder schwarz noch grün sind:

Unter dem Oberbegriff ‚**Weißer Tee**‘ werden Tees von einer großblättrigen Teevarietät zusammengefasst, die besonders viele Blattknospen hervorbringt. Der silbrige Flaum der Knospen, die im Tee durchschimmern, gibt dem Tee seinen Namen.

Weißer Tee bleibt in der Verarbeitng relativ unbehandelt. Das heißt: er wird nach der Ernte lediglich gerollt und dann, ausgebreitet auf Bastmatten, bei Raumtemperatur getrocknet. In der Herstellungszeit von Weißem Tee werden dann unzählige dieser Bastmatten mit einer Haltevorrichtung an die Decke der Teefabrik gehängt.

Weißen Tee gibt es in allen Qualitätsstufen. Der bekannteste ist ‚Pai Mu Tan‘, aus größeren, grün-braunen Blattstücken mit weißlich schimmernden Knospen dazwischen. Edle Qualitäten aus unserem Programm sind White Buds ‚Mao Jian‘ und White Monkey, die nur aus zart gedrehten Blattknospen bestehen. Der Geschmack ist mild und rund, fein würzig, und liegt zwischen Grüntee und Oolong-Tee. Zubereitung mit leicht abgekühltem Wasser, 3-4 min Ziehzeit.

■ Pu Erh Tee

Pu-Erh Tee, ‚Roter Tee‘, ist eine Teespezialität der südchinesischen Provinz Yunnan, benannt nach der historischen Stadt Pu-Erh. Mit seinem strengen, erdigen Geschmack wird ihm nachgesagt, eine gute Wirkung auf das Qi zu haben. Heute wird Pu Erh Tee auch in anderen Provinzen hergestellt.

Es ist ein speziell fermentierter Tee des ‚normalen‘ Teestrauchs *Camellia sinensis*: Nach der Ernte wird der Tee zunächst wie normaler Grüntee verarbeitet.

In einem zweiten Produktionsprozess werden die Teeblätter wieder befeuchtet, auf dem Boden aufgeschichtet und mit Plastikplanen abgedeckt. Während mindestens 3 Monaten reift der Tee bzw. es findet eine Milchsäuregärung statt und das spezielle Aroma entsteht. Zum Schluss wird er nochmal getrocknet. Je länger er unter diesen kontrollierten Bedingungen reift, desto wertvoller wird er. Im chinesischen Handel heißen die sehr teuren Tees dann ‚old Pu-Erh‘ und ‚very old Pu-Erh‘ – diese gelangen in der Regel nicht nach Deutschland. Der von uns gehandelte Tee ist ein guter Standard, der etwa 3 Monate gereift ist. Zubereitung: mit kochendem Wasser, ca. 3 min Ziehzeit.

■ Oolong Tee

Oolong ist ein halbfermentierter Tee und liegt im Geschmack zwischen Grün- und Schwarztee. Nach der Ernte und dem Welken im Sonnenlicht werden die Teeblätter in eine Art Korb gefüllt, der, eingespannt in eine Maschine, rotiert. Durch die Rüttelung beginnen die Teeblätter zu fermentieren. Sobald die Ränder gold verfärbt sind, wird der Tee herausgenommen und fertig getrocknet. Oolong Tee wird als mild und sehr verträglich empfunden. Der Geschmack weist eine Note nach warmem Brot auf. Je hochwertiger der Tee ist – z.B. ein Fancy Jade Oolong - umso feinere und intensivere Nuancen von Blüten und Früchten kommen hinzu. Zubereitung mit leicht abgekühltem Wasser, ca. 3 min. Ziehzeit.

Unsere Bio-Gewürze, -Kräuter und -Tees erhalten Sie in Ihrem Naturkostfachgeschäft oder Naturkost-Versandhandel.

Heuschrecke Naturkost GmbH
Redcarstr. 50a
53842 Troisdorf – Spich www.heuschrecke.com

EWG-Kontrollnr: D-NW-D-13-2170-B Kontrollstelle: DE-ÖKO-013I
Demeter-Vertrag seit 2016 Art.Nr. 75619
Mitglied im Bundesverband Naturkost Naturwaren e.V bis 31.12.2020
Mitglied in der AÖL e.V. ab 1.1.2021
Mitglied „Trust Organic Small Farmers“ und Lizenznehmer Fairbiotea



Grüner Tee

aus kontrolliert biologischem Anbau



- **Grüntee: Geschichte, Herstellung und Zubereitung.**
- **Weißer Tee, Pu Erh Tee, Oolong Tee**