

Tee richtig zubereiten

Variieren Sie die angegebene Ziehzeit und die Blattmenge nach Ihrem individuellen Geschmacksempfinden. Bei 100°C Aufbrühtemperatur (für mehr Lebensmittelsicherheit) gelangen mehr Teewirkstoffe in Lösung. Aufbrühsystem: Je freier schwimmend Teeblätter ausziehen können, umso aromatischer gelingt ein Aufguss. Nutzen Sie die ALFI-Teekanne aus Edelstahl. In ihr ziehen Teeblätter frei schwimmend, wärmebewahrt und vor Licht geschützt. Zucker, Honig und Milch werden im Tee aus ernährungsphysiologischer Sicht nicht empfohlen. Stattdessen wenige Tropfen Zitrone hinzugeben. Diese bewahren den Tee länger vor oxidativem Abbau.

WEIßER UND GRÜNER TEE



3-5 Gramm pro Liter,
100° sprudelnd übergießen,
3-5 Ziehminuten

SCHWARZER TEE UND OOLONGTEE



3-5 Gramm pro Liter,
100° sprudelnd übergießen,
3-5 Ziehminuten

KRÄUTERTEE



4-5 Gramm pro Liter,
100° sprudelnd übergießen,
4-8 Ziehminuten

ROOIBOSTEE



4-5 Gramm pro Liter,
100° sprudelnd übergießen,
4-8 Ziehminuten

FRÜCHTETEE



15-20 Gramm pro Liter,
100° sprudelnd übergießen,
10-20 Ziehminuten