Tee

camellia sinensis

tea (eng.), thé (franz.), tè (ital.), té (span.), çay (türk.)

Kategorie

Pflanzen, Teestrauchgewächse (theaceae)

Beschreibung



camellia sinensis

Tee (chinesisch chá) bezeichnet ein heißes Aufgussgetränk und Genussmittel, das aus den Blättern und Blattknospen, manchmal auch den Stängeln (Kukicha), der Teepflanze zubereitet wird. Tee enthält je nach aufgebrühtem Pflanzenteil rund 25-75 mg Coffein pro Tasse (250 ml).
Im weiteren Sinne wird als »Tee« auch ein heißes Aufgussgetränk bezeichnet, das aus Blättern, Knospen, Blüten, Stängeln, Rinden oder auch Wurzeln anderer Pflanzen, insbesondere Kräutern oder Früchten, zubereitet wird.
Teesträucher lassen sich aus Samen oder aus Stecklingen heranziehen, Letzteres ist heute die Regel. Die Jungpflanzen werden in eigenen nurseries (Aufzuchtbeutel mit guter Muttererde) neun Monate lang sorgfältig gepflegt. Pro Hektar werden 12.000 bis 13.000 Setzlinge benötigt. Danach muss die Pflanze drei bis sechs Jahre weiterwachsen, bis sie zum ersten Mal geerntet werden kann. Der Ertrag eines Hektars ergibt durchschnittlich 1500 kg aufgussfertigen Tee.
Die »Lebenserwartung« der indischen Teesträucher beträgt 30 bis 50 Jahre, während die chinesischen Arten bis zu 100 Jahre alt werden können. Die Stecklinge werden aus den Trieben von besonders kräftigen und ertragreichen Mutterpflanzen gewonnen. Wie alle anderen Nutzpflanzen wird auch Tee gezüchtet. Wie alle Kamelien ist auch die Teepflanze bedingt frosthart.

Traditionelle Herstellung

Bei der traditionellen Produktion von Schwarztee, orthodoxe Teeproduktion genannt, durchlaufen die Teeblätter fünf Stufen: das Welken (Withering), damit die Blätter weich und zart werden, das Rollen (Rolling), das Aussieben, die Oxidation und zum Schluss die Trocknung (Firing).
Um die Blätter nach dem Pflücken zu erweichen, wurden sie früher zwei Stunden in die Sonne gelegt. Später verwendete man Welkhürden in speziellen Hallen, in denen eine Temperatur von 20 bis 22 °C herrschte. Der Welkprozess dauerte dann bis zu 24 Stunden. Heute werden meist sogenannte Welktunnel eingesetzt, die die Teeblätter auf Fließbändern durchlaufen. Die Stärke der Welkung wirkt sich (im umgekehrten Verhältnis) auf den Grad der später erzielbaren Oxidation aus.
Das Rollen erfolgt heute maschinell und dauert etwa eine halbe Stunde. Dabei werden die Zellen der Blätter aufgebrochen, so dass ätherische Öle freigesetzt werden. Anschließend werden die Teeblätter nach Qualität sortiert. Bei der Oxidation wird ihnen durch künstlich erzeugte hohe Luftfeuchtigkeit von über 90% bei genau 22 °C wieder Feuchtigkeit zugeführt, um die chemischen Prozesse in Gang zu setzen. Bei der Oxidation entsteht Wärme, die Temperatur der Blätter wird alle 15 Minuten gemessen und nach Erreichen der Höchsttemperatur von 29 °C durch Trocknung sofort abgebrochen. Wird dieser Zeitpunkt verpasst, haben die Teeblätter kein Aroma mehr und

© 2026 coquina.de

gelten als »verbrannt«. Die Oxidation wird bei der Teeproduktion als Fermentation bezeichnet.
Getrocknet wird in Maschinen mit Hilfe von Heißluft. Bei Ceylon reichen 20 Minuten bei 90 °C, Assam braucht wesentlich länger. Anschließend wird der Tee sofort wieder abgekühlt.
In der Türkei werden für die Herstellung von einem Kilogramm Schwarztee sechs Kilogramm Teeblätter verarbeitet.
Bei Grüntee findet im Unterschied zu Schwarztee keine Oxidation statt. In China und Indien, auf Sri Lanka und Taiwan und jüngst auch in Afrika wird auch halbfermentierter Tee (Oolong) hergestellt.
Einzelne Teeplantagen, in denen besondere Teespezialitäten hergestellt werden, produzieren noch nach alten Methoden, bei denen das Welken an der Sonne geschieht. Gerollt wird von Hand, die Oxidation findet in geflochtenen Körben statt.

TEEARTEN & TEESORTEN

Teearten

Die ursprüngliche Methode der Bereitung von Teegetränken ist die Verwendung von frischen Teeblättern, die direkt vom Strauch gezupft in heißes Wasser gelegt werden. So zubereitet schmeckt Tee deutlich anders als mit getrockneten Blättern. Frische Teeblätter sind nicht lange lagerfähig, fermentieren von allein oder verderben durch die Tätigkeit unerwünschter Mikroorganismen. Daher wurde die gezielte Fermentation und Trocknung entwickelt, damit der Tee lagerfähig wird. Dabei entstehen je nach Vorgehensweise und Ausgangsmaterial zahlreiche unterschiedliche Geschmacksqualitäten. Heute werden vier traditionelle Formen unterschieden, die sich vor allem im Grad der Oxidation unterscheiden:

- Grüner Tee - es erfolgt keine gewollte Oxidation. Bei der traditionellen Herstellung wird der Tee nach der Ernte in Eisenpfannen über dem Feuer gewelkt und dann getrocknet. Bei der industriellen Herstellung geschieht das in großen, gerührten Behältern.

- Weißer Tee - wird so genannt, weil die Härchen an der Blattunterseite den getrockneten Teeblättern eine weiß-silberne Farbe geben. Keine gewollte Oxidation. Junge Triebe werden geerntet und getrocknet (wie Heu). Nur Spitzentees eignen sich zur Produktion von weißem Tee.

- Oolong - wird teilweise oxidiert. Nach der Ernte wird der Tee in Weidenkörben geschüttelt, der austretende Saft reagiert mit dem Sauerstoff der Luft. Dieser Prozess wird durch das Erhitzen in Eisenpfannen gestoppt.

- Schwarzer Tee wird in Ostasien als Roter Tee (chin. Hóngchá, jap. Kocha) bezeichnet - komplette Oxidation. Wie Oolong, der Oxidationsprozess wird aber nicht gestoppt. Erst nach längerer Zeit wird der Tee fertig getrocknet.

Teesorten

Den verschiedenen Teearten werden unzählige Teesorten zugeordnet, beispielsweise:

- Grüner Tee - Gunpowder, Sencha, Chun Mee, …

- Weißer Tee - Baihao Yinzhen, Pai Mu Dan, …

- Oolong-Tee - Dongding Oolong, Tieguanyin (auch Tikuanyin), …

- Schwarzer Tee - Darjeeling, Assam, …

- Pu-Erh-Tee - Pu’erh Tuocha, Palace of Pu’erh, …

- Gelber Tee - Junshan Yinzhen, …

Die in Europa bekanntesten Teesorten sind die nach ihren Anbaugebieten benannten Sorten des Schwarzen Tees Assam, Ceylon und Darjeeling. Tee wird aber noch in vielen anderen Gegenden produziert. Der ostindische Assam-Tee stammt aus dem größten Anbaugebiet der Welt und ist ein typischer Hochlandtee mit kräftigem Aroma. Der herb-kräftige Ceylon wird in Sri Lanka angebaut, dem weltweit drittgrößten Anbaugebiet. Beide Sorten finden sich oft in Teemischungen und sind gegen hartes Wasser unempfindlich. Der zarte, gelbe Darjeeling wächst an den Südhängen des Himalaya rund um die gleichnamige Distrikthauptstadt im nördlichen Westbengalen auf über

2000 m Höhe. Er ist empfindlicher gegen hartes Wasser. Formosa bezeichnet meist grüne oder Oolong-Tees von der Insel Taiwan.

Herkunft

Die Teepflanze (camellia sinensis) war zunächst nur in China bekannt. 1823 wurden in Assam (Indien) wildwachsende Pflanzen entdeckt, die aber längere Zeit nicht richtig identifiziert wurden. Erst ab 1834 wurde diese Art kultiviert und mit anderen Arten gekreuzt. Die Kreuzungen wurden bald auch in anderen für sie geeigneten Regionen gezüchtet und angebaut.
Das Verbreitungsgebiet der Camellia sinensis-Varietäten reicht vom südlichen Japan und Korea über die Südhälfte Chinas bis ins nordöstliche Indien (Camellia sinensis var. assamica). Nach Süden ist Camellia sinensis noch weiter nach Laos, Myanmar, Thailand und Vietnam verbreitet. Sie wächst im Unterholz immergrüner Lorbeerwälder (Camellietea japonicae Miyw. & Ohnab 63). Wegen der langen Zeit der Verwendung durch Menschen ist das natürliche Areal nicht mehr genau zu bestimmen.
Die Camellia-sinensis-Varietäten gedeihen wild in subtropischem Monsunklima mit feuchten, heißen Sommern und relativ trockenen, kühlen Wintern. Dabei werden an nördlichen Standorten auch Gebiete mit stärkeren Frösten besiedelt.

Aroma

Das Aroma der jeweiligen Teesorte wird stark vom jeweiligen Anbaugebiet und den dort üblichen Verarbeitungsmethoden geprägt.

Bekannte Anbaugebiete

Bekannte Teeanbaugebiete, nach denen auch die dort produzierten Sorten benannt sind, sind

- Darjeeling - wird als Königin der Tees bezeichnet; stammt aus Nordostindien in ca. 2000 m Höhe, Südhänge des Himalaya - hell, fein, aromatisch

- Ceylon - Sri Lanka - Allrounder, feiner, spritziger Tee mit kupferroter Tasse, ein Standardbestandteil von vielen Teemischungen (Blend)

- Assam - Nordindien, Hochebene am Brahmaputra - kräftig, dunkel, malzig-würzig, neben hochwertigen Single-Lots (reine unvermischte Plantagentees) bilden Second Flush Assams die Basis für die ostfriesischen und viele andere Mischungen und haben die Teegewohnheiten vieler Nationen geprägt (in Deutschland besonders Ostfriesland, Irland, auch England und Russland)

- Japan - von hier kommen die feinen, edlen Senchas; das etwas kühlere Klima gibt ihm seine besondere Note. Aus Japan kommt auch der dunkelgrüne Gyokuro und andere Schatten- und Halbschattentees, für die die Teeblätter ein paar Wochen im Schatten bzw. Halbschatten gezogen werden. Diese Tees erzielen die höchsten Preise weltweit. Noch wertvoller ist der Pulvertee, Matcha, der für die kunstvolle Teezeremonie verwendet wird

- Formosa (der frühere Name Taiwans) - vor allem hochwertige »Oolongs«, besonders in den USA beliebt, auch Pouchong, leicht oxidierter Tee, und besonders stark geräucherte Rauchteesorten, wie etwa der Tigertee oder der Crocodile Lapsang Souchong

- Yunnan - China - blumig, natürlich, ob als Grüntee, halboxidiert oder Schwarztee. Eine weitere Spezialität aus Yunnan ist der Pu-Erh-Tee, der nachfermentiert wird und meist als Fladen oder Nest gepresst in den Handel kommt. Es gibt bis zu 80 Jahre alten »Pu Erh«, der nachreift und immer wertvoller wird

- Bengalen - Bangladesch - delikat, großblättrig, ein idealer Frühstückstee.

- Rize - Nordosten der Türkei, Lasische Bauern, Schwarztee, angenehm leichte Qualität

- Hangzhou - China - blumig, natürlich, nur als Grüntee

- Afrika - Mosambik, Kenia, Simbabwe, Kamerun, vorwiegend einfache Qualitäten, die meist in den Mischungen der großen Handelsfirmen untergehen. Lediglich aus Kenia kommen kleinere Mengen von handgepflückten, hochwertigen Blatt-Tees, die, ähnlich den Ceylons, oft eine frische Zitrusnote aufweisen

© 2026 coquina.de

- Java - Indonesien - hell und fruchtig

- Sumatra - Indonesien - Ernte das ganze Jahr, guter Alltagstee

- Georgien - guter Alltagstee, jedoch nicht mit dem Russischen Tee zu verwechseln - auch Karawanentee genannt. Viele Sorten sind für die Verwendung im Samowar gezüchtet.

- Brasilien - Teeproduktion in japanischer Regie, vielversprechende Erfolge

Verwendung

Grüner Tee wird meist pur getrunken, eine bekannte Ausnahme ist der marokkanische Pfefferminztee auf der Basis von grünem Gunpowder, dem reichlich Zucker zugesetzt wird. Zum Schwarztee werden in verschiedenen Regionen traditionell verschiedene Zusätze in den Tee gegeben, so in England und Indien Milch (besonders bei aromatisierten Tees wie Earl Grey oder indischem Chai), in Ostfriesland Sahne, in der Mongolei und vor allem Tibet Butter und Salz, in Russland und Georgien auch Marmelade, Gelees oder in Sirup eingelegte Früchte. Die ursprünglich aus Russland stammende Zugabe von Zitrone oder Zitronenschale wird auch von einigen Teetrinkern in Westeuropa geschätzt. Am weitesten verbreitet ist die Zugabe der Süßungsmittel Zucker und Honig. Weißer Kandiszucker oder brauner Rohrzucker, auch brauner Kandis gelten als besonders geeignet. Letztere werden hauptsächlich für Kräutertee oder aromatisierten Tee benutzt.
Mit der in der Türkei gebräuchlichen zweiteiligen Teekanne (Çaydanlık) kann der Tee je nach Geschmack als dünner (açık çay) oder starker Tee (demli çay) serviert werden.
In Deutschland bildete sich nur in Ostfriesland eine eigene Teekultur. Hier trinkt man traditionell starken Tee (vor allem den in Ostfriesland abgefüllten Ostfriesentee) mit flüssiger Sahne sowie Kluntjes. Traditionell wird dieser nicht umgerührt, sodass der Geschmack sich von bitter bis süß-sahnig ändert.
Auch der kalte Aufguss von Tee ist zunehmend beliebter. Hier sind vor allem zwei Methoden der Zubereitung bekannt. Bei einem klassischen Eistee wird der Tee zunächst mit kochendem Wasser überbrüht und dann abgekühlt. Schließlich kann dieser zum Beispiel mit Fruchtsäften gesüßt und auf Eiswürfeln serviert werden. Im Gegensatz dazu zieht der Tee im Cold Brew-Verfahren hingegen mit kaltem Wasser. Diese Methode sollte aufgrund potenzieller Verunreinigungen nicht bei Früchte- und Kräutertees Verwendung finden.

Einkauf / Aufbewahrung

Tee ist aromaempfindlich, er verändert sein Aroma bei unsachgemäßer Lagerung und nimmt auch Fremdgerüche schnell an. Deshalb werden Teeblätter oft in geschlossenen Behältern kühl, dunkel und trocken aufbewahrt. Optimal (weil arm an Luft-Depots), wenn auch nicht so ästhetisch wie edle Dosen, sind fest zugerollte Teetüten. Bei der Verwendung von Dosen kommt es schneller zu Alterungseffekten: Die aromagebenden ätherischen Öle schwinden und der Teegeschmack wirkt muffiger. Nach Anbruch sollte Tee in ungefähr zehn Wochen verbraucht werden. In ungeöffneten Packungen gilt er hingegen bis zu drei Jahre nach der Ernte als frisch. Trockener Tee ist fast unbegrenzt lagerfähig, sofern die alterungsbedingten geschmacklichen Veränderungen hingenommen werden. Auch der Koffeingehalt verändert sich durch die Lagerung praktisch nicht.
Tee wird oft getrennt von allen Arten Gewürzen, Aromen und Küchengerüchen aufbewahrt, gelegentlich in kleinen Schränkchen oder einer Truhe. Auch aufsteigender Dampf vom Herd oder Spülbecken schadet dem Teearoma.

Gesundheit

Die Blätter von grünem und schwarzem Tee enthalten Koffein. Der Koffeingehalt von Teeblättern ist, mit bis zu fünf Prozent, höher als bei Kaffeebohnen (mit etwa einem Prozent). Jedoch wird Tee mit mehr Wasser als Kaffee aufgegossen, so hat fertiger Tee nur einen mäßigen Gehalt an Koffein. Zieht der Tee länger, so gehen Gerbstoffe über, die Koffein binden. Dieser Komplex wird im Magen wieder aufgespalten. Dadurch wird das Koffein langsamer vom Organismus resorbiert. Koffein löst sich in Wasser schneller als die Gerbstoffe. Ein Aufguss von rund drei Minuten hat eine eher anregende Wirkung, bei rund fünf Minuten wird der Tee bitterer und die anregende

Wirkung nimmt ab. Der hohe Polyphenolanteil in Tee kann die Aufnahme von Eisen aus pflanzlichen Lebensmitteln behindern. Übermäßiges Teetrinken kann daher unter Umständen zu Eisenmangel führen. Eine bestehende Blutarmut kann verschlimmert werden. Das unter anderem im Grünen Tee enthaltene Catechin ist in der Lage, Symptome von Zahnfleischerkrankungen zu verringern.

Geschichte

Der Tee kam im Zusammenhang des aufblühenden Indienhandels Anfang des 17. Jahrhunderts nach Europa. Im Jahr 1610 brachte die Niederländische Ostindien-Kompanie per Schiff zum ersten Mal eine Ladung grünen Tee mit in die Niederlande. Sie hatte zu diesem Zeitpunkt das europäische Monopol für den Handel mit Asien. Da sie keinen direkten Zugang zu China hatte, führte sie den Tee über Java ein. Ab 1637 nahm jedes holländische Schiff vom Handelsstützpunkt Batavia (heute Jakarta) aus einige Kisten chinesischen und japanischen Tee mit an Bord. 1644 lieferten die Holländer die ersten 100 Pfund Tee nach England aus. 1669 ging das Handelsmonopol an die Britische Ostindien-Kompanie, die bis 1833 das Monopol für den Chinahandel innehatte. Der Seeweg von Asien nach England dauerte damals rund sechs bis neun Monate, was die Qualität des Tees verminderte, der in muffigen Laderäumen gelagert wurde. Auf dem Landweg brachte Wassili Storkow 1618 erstmals Tee nach Russland als Geschenk für den Zaren. Der Weg führte über die Mongolei. Der sogenannte Karawanentee galt als qualitativ hochwertiger als der per Schiff beförderte.

Mitte des 18. Jahrhunderts kam der Tee von den Niederlanden aus nach Deutschland, zunächst nach Ostfriesland, wo sich eine eigene Teekultur entwickelte. 1743 wurde in Hannover, das damals zur britischen Krone gehörte, das erste Teegeschäft Deutschlands eröffnet, das bis heute existiert (Tee-Seeger). Versuche des preußischen Königs Friedrich II., den Teekonsum 1778 zu verbieten, blieben erfolglos. Als Großbritannien 1780 eine Handelssperre über die Niederlande verhängte, ließen sich viele niederländische Kaufleute in Ostfriesland nieder, 300 niederländische Handelsschiffe fuhren nun unter ostfriesischer Flagge. Das führte zu wachsender Popularität des Tees vor allem in Norddeutschland. In den Literarischen Salons kam Tee in Mode und man traf sich zu Teegesellschaften.

Mythologie

Tee hat eine lange Geschichte in der Mythologie. In der chinesischen Mythologie wird der Ursprung des Tees auf den Kaiser Shennong zurückgeführt, der als Vater der chinesischen Medizin gilt und angeblich den Tee entdeckt hat. In Japan wurde der grüne Tee sehr bald mit den religiösen Mythen des Zen-Buddhismus verknüpft. Daraus entstand die japanische Teezeremonie.

© 2026 coquina.de