

Jürgen Wasim Frembgen

TAUSEND TASSEN TEE



LAMBERT SCHNEIDER
Am besten lesen.

verbreitet, die von der klassischen griechischen Medizin Galens mit ihrer Lehre der Säfte und Qualitäten abgeleitet ist und der zufolge Substanzen vereinfacht in „heiß“ und „kalt“ eingeteilt werden. Der menschliche Körper soll dementsprechend in einer vitalen Balance zwischen diesen beiden Qualitäten gehalten werden; jede Störung im Wohlbefinden wird auf die Konsumierung falscher Nahrungsmittel zurückgeführt. Selbstverständlich handelt es sich nicht um thermische Bezeichnungen; so gelten zum Beispiel all jene Speisen und Getränke als „heiß“, die eine stärkende Wirkung entfalten und den Stoffwechsel beschleunigen, ganz gleich, ob die Nahrung warm oder kalt konsumiert wird. „Kalte“ Nahrungsmittel verlangsamen dagegen den Stoffwechsel und kühlen die Körpertemperatur. In Pakistan und Indien werden nach dieser Ernährungslehre schwarzer Tee (mit oder ohne Milch) und rosafarbener Kaschmiri-Tee als „heiß“ eingestuft. Im Sommer gilt „heißer“ Tee als geeignetes Mittel, um den Durst zu löschen und die Hitze abzuwehren; deshalb heißt es im Volksmund: **garmi garmi ko marti hai** – „Die Hitze tötet die Hitze“. Grüner Tee wird demgegenüber als „trocken“ und „neutral“ klassifiziert. Die Afghanen interpretieren die beiden Teesorten jedoch ein wenig anders und richten sich auch in ihrem Verhalten danach: So trinken sie den in die Kategorie „heiß“ eingestuften Schwarztee als wärmendes Getränk vorzugsweise im Winter, während der deutlich als „kalt“ angesehene Grüntee im Sommer getrunken wird. „Kalt“ sind auch der in Palästina viel getrunkene Maryamiah-Tee, ein der Jungfrau Maria zugeschriebener Salbei-Kräutertee, und der aus Blättern des Wilden Thymians hergestellte **tumuro chay** im Karakorum. Sie wirken also gewissermaßen wie ein Anti-Aphrodisiakum. Minze, die dem in Nordafrika getrunkenen Grüntee seinen charakteristischen Geschmack verleiht, hat die Eigenschaft, die Körpertemperatur zu senken. Im ländlichen Ägypten wird schwarzem Tee vom Volk sogar eine vorbeugende Wirkung gegenüber Malaria zugeschrieben.



Kaschmiri Baba, ein islamischer Mystiker des Naqshbandiyya-Sufiordens, bei der Zubereitung von Milchtee, Delhi/Indien

In der Heilkunst der islamischen Mystiker spielen vor allem Kräutertees eine wichtige Rolle. So empfiehlt der türkische Sufi-Meister Scheich Nazim al-Haqqani beispielsweise Anis-Tee bei Blähungen, Tee aus Quittenblüten zur Vorbeugung von Herzinfarkt, Thymiantee bei Nierensteinen und Tee aus Klebkraut (*Galium aparine*) bei Zuckerkrankheit.⁷ Bei Entzündungen der Augen rät er, diese mit

einem in schwarzem Tee getränkten Wattebausch zu benetzen. Der indische Sufi-Meister Scheich Hakim Abu Abdullah Moinuddin verschreibt ferner Ingwer-Tee bei Asthma, Tee mit Fenchelsamen und gemahlenem Ingwer bei Durchfall und Tee aus Veilchenblüten bei Erkältung.^[8] Heutzutage am beliebtesten und von jedermann – ob Sufi, Diplomat oder Taxifahrer – bei Erkältung, Husten und Ermüdung getrunken wird jedoch der pakistanische „instant“-Kräutertee Johar Joshanda. Dieser mehrfach ausgezeichnete und in vielen Ländern des Orients erhältliche Heiltee geht auf eine Mischung des Gelehrten und Heilers Hakim Mohammad Hassan Qarshi zurück, der im Jahre 1920 in Lahore seine Produktion von Kräutermedizin begründete.

Über solche Kenntnisse von den Heilwirkungen des Tees hinaus – seien sie moderner Art oder Teil der traditionellen Volksmedizin und Sufi-Heilkunst – wäre es zunächst einmal wichtig sicherzustellen, dass Tee nicht – wie es bei der im Orient konsumierten Massenware leider noch vielfach geschieht – mit Insektiziden verseucht, sondern biologisch angebaut wird.

Abschließend soll nicht verschwiegen werden, dass übermäßiger Teekonsum durchaus zu Formen von Abhängigkeit mit physischen Entzugerscheinungen führen kann; dies hört man sowohl in der Türkei und im Iran als auch in Südasien. Insbesondere gilt dies aber für die Verbindung von Teetrinken und Opiumgenuss, die von den Wakhi und Kirgisen im äußersten Nordosten Afghanistans verstärkt seit Mitte des zwanzigsten Jahrhunderts bekannt ist. Dabei soll der starke schwarze Tee die Wirkung des Opiums noch verstärken.^[9] In Regionen Nordafghanistans wird gar aus getrockneten Opiumfrüchten ein berauschender Tee zubereitet, der auch als Sedativum für Kinder dient.^[10]

DIE KUNST DER TEEZUBEREITUNG

Bei der richtigen Zubereitung nordafrikanischen Minztees (**nana-shay**) wird der Gunpowder-Grüntee zunächst mit kochendem Wasser überbrüht, um ihn von Staub zu reinigen; dieses Waschwasser wird rasch abgeschüttet. Anschließend füllt die Frau des Hauses, die den

Tee üblicherweise für die Familie zubereitet, die Blätter mit heißem Wasser auf und stellt die Kanne in ein rundes tönernes Holzkohlebecken. Den ersten Aufguss schüttet sie bald weg, damit der Tee nicht zu bitter schmeckt. Nun kommt ein großes Bündel frischer, zuvor gewaschener Minzblätter hinzu. Hat sich die Minze etwas gesetzt, gießt sie noch einmal etwas Wasser zu. Nun lässt sie den **nana-shay** eine gewisse Zeit - bis zu einer halben Stunde - ziehen, bevor sie die Kanne vom Holzkohlefeuer nimmt. Erst dann gibt sie ein größeres Stück Zucker in den Tee. Zum Schluss gießt sie den blassgrünen Tee mit Schwung von oben herab ins Trinkglas, damit der lange, dünne Strahl mit möglichst viel Luft in Berührung kommt. Danach wird der Tee aus den Gläsern zurück in die Kanne gefüllt und dieser Prozess drei Mal wiederholt, bis sich auf dem Minztee im Glas genügend Schaum absetzt.



Teeküche mit Samowar im Innenhof des Timtsche Amin ad-Daula (19. Jh.), Basar von Kaschan/Iran

Im persischen, türkischen, vielfach auch im arabischen Kulturraum - sogar bis in den Jemen - und gelegentlich auch in Südasien wird bei der

traditionellen Teezubereitung ein Samowar verwendet, ein bauchiger Wasserkessel aus Kupfer oder Messing, der zum Kochen und Warmhalten des Tees dient. Traditionell wird dieser Dauer-Teekoher in einer kleinen belüfteten Kammer am Fuß des Gefäßes mit Holzkohle und kleinen Holzstückchen befeuert, heute jedoch vielfach ähnlich einem Tauchsieder elektrisch beheizt. Die im Persischen gebräuchliche Bezeichnung **samawar** stammt aus dem Russischen, da die ersten dieser Teeküchengeräte im frühen neunzehnten Jahrhundert aus Russland importiert wurden. Das Zentrum der Produktion von Messing-Samowaren war die Stadt Tula (200 Kilometer südlich von Moskau). Der russische Name Samowar bedeutet wörtlich „Selbstkocher“. Im Iran und in Afghanistan sind die lokal hergestellten Samoware in den Teehäusern und privaten Küchen oft sehr groß und verursachen einen enormen Brennholzverbrauch. Kleinere Samoware für den Gebrauch in den Wohnräumen sind im Iran und in Zentralasien nicht nur aus Kupfer, sondern gelegentlich auch aus Silber gefertigt und fein ziseliert, manchmal sogar vergoldet. Sie stehen auf einem Tablett. In Bucharra wurden im späten neunzehnten und im frühen zwanzigsten Jahrhundert praktische kleine Samoware in Kannenform hergestellt.^[11] Ob groß oder klein: Von der Heizquelle wird die Wärme durch eine Röhre inmitten des innen verzinnten Kessels nach oben geführt, wodurch das Wasser ständig bis kurz unter dem Siedepunkt heiß gehalten wird. Der Ablasshahn dient zum Auffüllen der Teegläser mit Wasser. Tropfendes Wasser wird in einer kleinen Schale unter dem Hahn aufgefangen. Oben auf dem Wasserkocher steht eine separate kleine Kanne, die das dickflüssige, nur mit wenig Wasser versetzte Schwarzteekonzentrat enthält. Dieses wird aus einer großen Menge an Teeblättern hergestellt, die zuvor in heißem Wasser gewaschen wurden, um Trübungen und Geschmacksveränderungen zu vermeiden. Nachdem man das Konzentrat in der Kanne einige Minuten hat ziehen lassen, werden die Blätter abgeseiht. Beim Füllen des Teeglases oder der Teeschale wird ein wenig von diesem bereits stark gesüßten Sud mit heißem Wasser aus dem Samowar verdünnt. Je nach Geschmack gibt der Teetrinker anschließend nochmals Zucker in sein Glas. In Hyderabad, der alten Hauptstadt der pakistanischen Provinz Sindh, werden die Kannen jedoch nicht mit Teekonzentrat, sondern mit Milch