



## Trends in der Teetasse: Würzig, frisch und fruchtig

Trends in der Teetasse: Würzig, frisch und fruchtig - Wenn der Herbst beginnt, steigt die Lust auf eine heiße Tasse Tee. In der kommenden Saison liegen würzige, frische und fruchtige Sorten im Trend. Das hat eine Befragung der Mitglieder der Wirtschaftsvereinigung Kräuter- und Früchtetees ergeben. Auf dem ersten Platz steht der scharfe Ingwer, insbesondere in Kombination mit Zitrusfrüchten, Kamille und Minze. Es folgen Limette, würzige Früchte-Chai-Kreationen und heimische Früchte wie Johannisbeere, Sanddorn und Holunder. Zudem sind in dieser Saison ländertypische Tees gefragt - die marokkanische Minze, die spanische Orange und der türkische Apfel. An zehnter Stelle steht dagegen ein Klassiker - der mildwürzige Fencheltee. Kräuter- und Früchtetees werden als Getränk durch einen Aufguss mit kochendem Wasser aus getrockneten aromatischen Pflanzenteilen hergestellt. Das können zum Beispiel Blätter (Minze), Blüten (Kamille), Früchte (Apfel, Fenchel) und Wurzeln (Ingwer) sein. Es handelt sich dabei streng genommen nicht um Tee, sondern um ein teeähnliches Erzeugnis. "Echter" Tee wird aus dem immergrünen Teestrauch *Camellia sinensis* hergestellt. Das sind Schwarzer und Grüner Tee und ein paar wenige Spezialitäten. In der Regel fehlt Kräuter- und Früchtetees die anregende Wirkung des Koffeins. Dafür sind sie aber sehr gesund, erklärt Ernährungswissenschaftler Harald Seitz vom aid infodienst. Sie sind praktisch kalorienfrei und daher ideale Durstlöscher für den Alltag. Zudem enthält der Aufguss wertvolle Substanzen wie zum Beispiel ätherische Öle. Manche Kräutertees werden als Hausmittel gegen verschiedene Beschwerden eingesetzt, erklärt Seitz. So soll Fencheltee gegen Hals- und Bauchschmerzen und Lindenblütentee gegen Erkältungskrankheiten helfen. Nur richtig zubereitet entfalten Kräuter- und Früchtetees ihr volles Aroma. Beachten Sie die Hinweise auf der Verpackung, denn ein Standardrezept gibt es nicht. In Naturprodukten können möglicherweise Mikroorganismen enthalten sein. Daher empfiehlt das Bundesinstitut für Risikobewertung, Kräutertee immer mit sprudelnd kochendem Wasser aufzugießen und mindestens 5 bis 10 Minuten lang ziehen zu lassen. Heike Kreutz, [www.aid.de](http://www.aid.de) Weitere Informationen: aid-Heft "Kaffee, Tee und Kakao", Bestell-Nr. 1310, Preis: 3,50 Euro, [www.aid-medienshop.de](http://www.aid-medienshop.de) aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V. <br />Heilsbachstr. 16 <br />53123 Bonn <br />Deutschland <br />Telefon: 02 28/ 84 99-0 <br />Telefax: 02 28/ 84 99-177 <br />Mail: [aid@aid.de](mailto:aid@aid.de) <br />URL: <http://www.aid.de> <br />

## Pressekontakt

aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V.

53123 Bonn

[aid.de](http://aid.de)  
[aid@aid.de](mailto:aid@aid.de)

## Firmenkontakt

aid infodienst Ernährung, Landwirtschaft, Verbraucherschutz e. V.

53123 Bonn

[aid.de](http://aid.de)  
[aid@aid.de](mailto:aid@aid.de)

aid ? drei Buchstaben stehen für: Wissenschaftlich abgesicherte Informationen Fach- und Medienkompetenz Und ein kreatives Informationsangebot in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" sowie "Landwirtschaft und Umwelt". Wer informieren will, muss besser informiert sein. Die Vielzahl von Informationen, die täglich auf jeden von uns einströmt, ist kaum noch zu überblicken. Oft widersprechen sich die Aussagen und verwirren mehr als sie nützen. Gefragt sind Ratschläge, die wissenschaftlich abgesichert sind und sachlich informieren. Der aid hat sich genau das zur Aufgabe gemacht und bietet wissenschaftlich abgesicherte Informationen in den Bereichen "Verbraucher und Ernährung" und "Landwirtschaft und Umwelt". Unsere Aussagen sind unabhängig und orientieren sich an den gesicherten Erkenntnissen der Wissenschaft. In Zusammenarbeit mit Wissenschaftlern und Praktikern sammeln wir Fakten und Hintergrundinformationen, werten sie aus und bereiten sie zielgruppengerecht auf. Unsere Publikationen wenden sich an Verbraucher, Landwirte und Multiplikatoren wie Lehrer, Berater und Journalisten. Der aid ist ein gemeinnütziger Verein und wird aus Mitteln des Bundesministeriums für Verbraucherschutz, Ernährung und Landwirtschaft finanziert. Sein Auftrag, sachlich und interessenunabhängig zu informieren, ist in der Satzung festgelegt. Beim aid arbeiten namhafte Experten, Praktiker und Medienfachleute zusammen. Informationsmedien, die der aid herausgibt, entsprechen dem aktuellen Stand der wissenschaftlichen Erkenntnisse und vermitteln Wissen zielgruppengerecht und praxisorientiert.