

# JUST FOOD & TEE



♦ <b>Produktname</b>	<b>Ayurveda Chai Gewürztee</b>
♦ <b>Verkaufsgröße</b>	80g
♦ <b>Mondphase</b>	Daily - täglich
♦ <b>Anwendung</b>	Auf 1 Liter 1-2 gehäuften TL des Tees mit kochendem Wasser übergießen, 5 Min. ziehen lassen, durchsiehen und mit einem Schuß geschäumter Sojamilch (Mandelmilch, Reismilch), mit 1 TL Honig süßen und einer Prise Zimt oder Kakaopulver würzen. Tee kühl, trocken und verschlossen lagern.
♦ <b>Inhaltstoffe</b>	Mate Tee*, Ingwer*, Fenchel Samen*, Anis Samen*, Sternanis, Nelken*, Zimt*, Ginseng, Orangenschalen*, weiße Rosenknospen - * aus kontrolliert biologischem Anbau
	Indisches Nationalgetränk aus der uralten Gesundheitslehre des Ayurveda - statt schwarzen Tee`s kombinieren wir die verschiedenen Gewürze wie Ingwer, Zimt, Nelken, Fenchel und Anis mit Mate Tee (eine gesunde Alternative zu Kaffee, denn darüberhinaus enthält der Mate Tee Vitamine, Mineralstoffe und sekundäre Pflanzenstoffe). Ursprünglich stammt das Chai Rezept aus der ayurvedischen Gesundheitslehre, in der diese Gewürze ihren festen Platz haben. Ein strenges, festes Rezept zur Zubereitung des Chai Tee`s gibt es nicht, fast jede indische Familie hat ihre eigene Rezeptvariation; Nelken, Fenchelsamen, Anis, Ingwer und Zimt bilden jedoch den festen Bestandteil der meisten Gewürzmischungen. Laut der indischen Ayurveda Lehre haben die Gewürze eine anregende Wirkung: Sie entfachen die Lebensenergie und das Verdauungsfeuer „Agni“ .
♦ <b>Psychische Wirkung (Duft)</b>	Anregend, stoffwechselfördernd, verdauungsfördernd
♦ <b>Effekt für Körper &amp; Seele</b>	Im Chai-Tee steckt das traditionelle Wissen der indischen Gesundheitslehre. Demnach wirkt jede Heilpflanze immer zum einem auf den Körper, zum anderen aber auch auf den Geist. Die im Tee enthaltenen Gewürze sollen neue Energie spenden und die Lebensfreude steigern. Ingwer gilt als sehr gut für die Verdauung. Dasselbe gilt für Zimt, der zudem das Immunsystem stärken soll. Wer Chai-Tee trinkt, wird also munter, ohne aufgeregt oder innerlich unruhig zu werden.