Email: service@tali.de Tel: +49 (0)5604-919 563 Web: www.tali.de

Chai Latte: Der klassische Masala Chai

Kochzeit: 15 min

Gesamtzeit: 15 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Tassen

Kalorien p.P.: 80 kcal

Zutaten für einen einfachen Chai Latte

500 ml Wasser

3 Teelöffel Indischer Gewürztee

2 Teelöffel Schwarzer Tee

1 Esslöffel Zucker

150 ml Milch

Zubereitung

1. In einem kleinen Topf 500 ml Wasser zum kochen bringen.

2. Drei Teelöffel Gewürztee hinzufügen und für etwa 7 Minuten köcheln lassen.

3. Nun 2 Teelöffel losen schwarzen Tee oder zwei Beutel schwarzen Tee hinzufügen und für weitere 5

Minuten köcheln lassen.

4. Zum Chai etwa 150 ml Milch und 1 Esslöffel Zucker hinzufügen. Alles gut verrühren, so dass sich der Zucker auflöst. Der Chai Latte sollte eine hellbraune Farbe haben.

5. Über ein kleines Sieb den Chai auf zwei Tassen aufteilen.

6. Bei Bedarf mit etwas gemahlenem Zimt oder Rosenblüten dekorieren und den heißen Chai Latte genießen!

Mögliche Alternativen

- **Nach Belieben den Tee süßen:** Der Chai Latte lässt sich alternativ zu Zucker hervorragend mit Honig oder Ahornsirup süßen. Die Menge an Zucker kann natürlich ganz nach Geschmack angepasst werden.

- **Veganer Chai Latte:** Der Chai Latte lässt sich problemlos vegan zubereiten. Geeignete Milchalternativen sind zum Beispiel Hafermilch oder Mandelmilch.

- **Masala Chai aus ganzen Gewürzen zubereiten:** Wer gerne die Auswahl der Gewürze im Chai Latte genau kontrollieren möchte, kann alternativ einen Gewürztee aus ganzen Gewürzen aufbrühen. Zahlreiche geeignete Zutaten sind in unserem TALI Shop zu finden: *Zimtstangen*, *Sternanis*, *Kardamomsamen*, *Nelken*, *Schwarzer Pfeffer*, *Ingwer geschnitten*

Chai, Chai Latte oder Masala Chai: Was ist der Unterschied?

Die Begriffe werden im Alltag oft synonym verwendet, meinen aber genau genommen unterschiedliche Dinge:

- **Chai** ist einfach das Hindi-Wort für "Tee". In Indien ist damit meist gesüßter Milchtee gemeint, nicht der reine schwarze Aufguss.

- **Masala Chai** bedeutet wörtlich "Gewürztee". Das ist die traditionelle Zubereitung mit schwarzem Tee, Milch, Zucker und einer Gewürzmischung (Masala) aus Zimt, Kardamom, Ingwer, Nelken und schwarzem Pfeffer.

- **Chai Latte** ist die westliche Bezeichnung für den gleichen Getränkestil, populär geworden durch amerikanische Coffee Shops. Das Grundrezept ist identisch zum Masala Chai, oft aber etwas milder gewürzt und stärker gemilcht.

Enthält Chai Latte Koffein? Ja. Da Chai Latte auf schwarzem Tee basiert, enthält er Koffein, allerdings deutlich weniger als eine gleich große Portion Kaffee. Wer den Chai koffeinfrei genießen möchte, kann alternativ Rooibos-Tee als Basis verwenden.