

Rezept

# Japanischer Grüntee

Ein Rezept von Japanischer Grüntee, am 28.06.2026

## Zutaten

**4 TL** japanischer grüner Tee (Bancha oder Sencha)

**1 l** kalkarmes oder gefiltertes Wasser

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für ca. 1 l Tee | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min

## Zubereitung

1. Eine möglichst schwere Kanne vorwärmen. Die Teeblätter einfüllen. Das Wasser aufkochen, kurz sprudelnd kochen lassen, dann 10-15 Min. auf 65-70° abkühlen lassen. Über die Teeblätter gießen, 1-2 Min. ziehen lassen. Wenn die Teeblätter auf den Boden der Kanne gesunken sind, den Tee in Teetassen verteilen.

---

2. Die Teeblätter in der Kanne mit dem restlichen Wasser aufgießen, nun ca. 5 Min. ziehen lassen, dann wieder die Tassen füllen.