

## Rezept

# Masala-Chai-Latte

Ein Rezept von Masala-Chai-Latte, am 14.12.2025

## Zutaten

½ Zimtstange	1 Stück Sternanis
4 Nelken	1/2 TL Fenchelsamen
1 grüne Kardamomkapsel	5 schwarze Pfefferkörner
2 TL schwarze Teeblätter (z.B. Darjeeling)	100 ml fettarme Milch
2 EL Rohrzucker	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 2 Drinks (à ca. 250 ml) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 85 kcal, 1 g F, 2 g EW, 17 g KH

## Zubereitung

1. In einem Topf 400 ml Wasser aufkochen und vom Herd nehmen. Die Gewürze im Mörser grob zerstoßen und mit den Teeblättern ins Wasser geben. Den Tee abgedeckt 5-6 Min. ziehen lassen.
2. Inzwischen die Milch erhitzen (nicht zu heiß werden lassen) und mit einem Milchaufschäumer schaumig aufschlagen.
3. Den Tee durch ein Sieb gießen und die Teeblätter gut ausdrücken. Den Tee mit Zucker süßen und in Tassen, Becher oder Gläser füllen. Die aufgeschäumte Milch dazugießen.