





**FRIENDS OF  
LINGSHED**  
**WWW.LINGSHED.ORG**

Foto: Greta Kostka



## **Indischer Gewürztee-Chai: das Hausrezept der Friends of Lingshed!**

Zutaten für 1 Liter Chai:

2 EL kleingeschnittener frischer Ingwer, 1 Zimtstange,  
1 gehäufte EL grüne Kardamomkapseln, 6 Gewürznelken,  
6 Pfefferkörner, 2 bis 3 EL Schwarztee, 1 EL  
Zucker, eine halbe Tasse frische Milch.

Ingwer und Zimt mit einem Liter kalten Wasser gemeinsam zum Kochen bringen und 5 Minuten köcheln lassen. Kardamom, Gewürznelken und Pfefferkörner im Mörser zerkleinern, hinzufügen und das Ganze weitere 5 Minuten köcheln lassen. Dann den Topf vom Herd nehmen, Schwarztee und Zucker hinzufügen. 2 Minuten ziehen lassen, eventuell Milch dazu, abseihen, fertig!

---

---

---