

# in

Das **STAR & STYLE** Magazin



## KATIE HOLMES



**Baby-Wettlauf mit  
Victoria Beckham**

## ANGELINA JOLIE

# Sexsucht!

**Zieht sie Johnny Depp  
auf ihre dunkle Seite?**

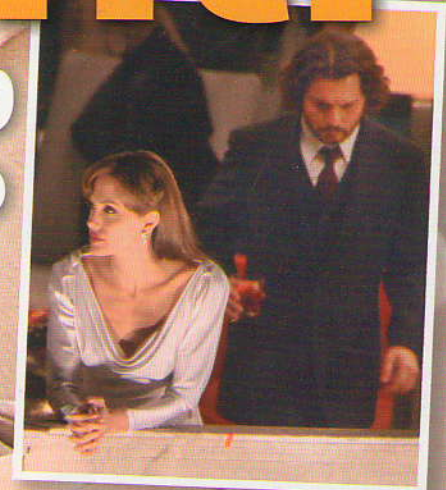
S. 16-19

## SARAH CONNOR

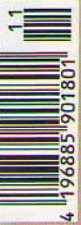


**Hat sie einen  
Neuen?**

S. 30



BeneLux € 2,20 · Italien € 2,60 · Frankreich € 2,60 · Spanien € 2,60 · Kon. Inseln € 2,80 · Griechenland € 2,80 · Portugal (cont.) € 2,60 · Slowakei € 2,90 · Ungarn Ft. 730



# SORTEN-LEXIKON

**M**ann trinkt Tee, damit man den Lärm der Welt vergisst“, so ein chinesischer Gelehrter. Wie recht er doch hat! Eine Tasse des ältesten Getränks der Welt – 2737 v. Chr. soll ein chinesischer Kaiser den ersten Schluck genommen haben – beruhigt, erfrischt oder bringt den Geist wieder in Balance.

Dabei verdienen nur Aufgüsse aus Teeblättern den Namen „Tee“. Wenn das heiße Getränk aber aus Blüten, anderen Blättern oder Früchten zubereitet wird, heißt es „Infusion“. Echte Teekenner unterscheiden drei Klassen: grünen, schwarzen und weißen Tee. Sie stammen alle von der gleichen Pflanze, werden aber unterschiedlich verarbeitet. Grüner Tee wird kurz erhitzt und dann getrocknet. So bleiben die Mineralien, Vitamine und Fluoride sowie die grüne Farbe erhalten. Schwarzer Tee besteht aus fermentierten Blättern, die gerollt und gepresst werden. Die ursprünglich grünen Blätter färben sich durch den Prozess rot bis schwarz und haben das typische herb-kräftige Aroma. Weißer Tee gilt als besonders kostbar. Er trocknet natürlich und soll das Leben verlängern. Und dann wären da noch Darjeeling, Assam und Ceylon, die die Namen bekannter Anbaugelände tragen, oder das immense Sortiment an aromatisierten Teemischungen wie Jasmin Tee oder Earl Grey.

Und da man Tee nicht trinkt, um Durst zu löschen, sondern um Genuss und Wohlbefinden zu steigern, sollte die Zubereitung stimmen – denn nichts schmeckt so



**GWYNETH PALTROW**

schlimm wie ein fader Aufguss: Pro Tasse kann ein Teelöffel gerechnet werden (gehäuft bei Blatt-Tee, gestrichen bei kleinen Blättchen). Am besten schmeckt Tee aus dünnem Porzellan – nachdem er circa vier Minuten gezogen hat. Die Polyphenole des grünen Tees sind hochwirksame Radikalfänger,

die die Hautalterung verzögern. Darauf schwört auch Gwyneth Paltrow (37), die dafür bekannt ist, ihr Haus nicht ohne morgendlichen grünen Teegenuss zu verlassen. In weißem Tee stecken sogar dreimal mehr Antioxidantien als im grünen Verwandten. Als Haarspülung soll Tee das Haar weich und glänzend machen. Doch dafür sind die getrockneten Blätter aus fernen Ländern eigentlich viel zu schade!

S. KRAFT



## Grüner Tee

Die darin enthaltenen Polyphenole wirken antioxidativ und schützen die Zellen vor freien Radikalen. Schmeckt von grasig-herb bis duftig-süß.



## Kamille

Ein Aufguss mit Kamillenblüten lindert Magen-Darm-Krämpfe. Zudem hilft eine Tasse bei Reizungen der oberen Atemwege oder bei Einschlafstörungen.



## Mate

Die koffeinhaltigen Blätter schmecken leicht rauchig. Mate wirkt anregend, kurbelt Stoffwechsel und Verdauung an und nimmt Hungergefühle.



## Pfefferminze

Bei Übelkeit und Brechreiz ist Pfefferminztee die Geheimwaffe. Zudem wirken die ätherischen Öle entzündungshemmend und lindern Erkältungen.



## Rooibos

Der Tee schmeckt mild und vollmundig und enthält viele Mineralien und Spurenelemente. Er hilft bei Kopfweh, Schlaflosigkeit und nervösen Anspannungen.



## Verveine

Zitrisch-frisch im Aroma, regt Verveine (Eisenkraut) die Verdauung an und wirkt krampflösend. In Frankreich ersetzt dieser Tee den Espresso nach dem Essen.

## Für den Tee-Genuss



**1** Die grünen Tees „Thé Fauchon Beauté“ von Fauchon gibt es in drei Sorten: „Minceur“ entschlackt mit Rotwein, „Belle Peau“ regt mit Granatapfel die Zellerneuerung an, und „Anti-Age“ vermindert Fältchen mit Traubenkernextrakten, je ca. 18 Euro (über Galeries Lafayette Berlin)

**2** Weißer Tee aus China mit feinem Aroma: „Pai Mu Tan White Tea“ von Season Tea, ca. 15 Euro **3** Mit Zitronenverbene: „Speak French“ von Samova, ca. 13 Euro (über [www.samova.net](http://www.samova.net)) **4** Der Früchtetee „Quatre fruits rouges“ von Kusmi Tea schmeckt nach Kirschen, Erdbeeren und Himbeeren, ca. 11 Euro (über [www.gourmondo.de](http://www.gourmondo.de)) **5** Gusseiserne Teekanne „Assam“ von Bodum, die Tee besonders lange heiß hält, ca. 100 Euro (für ein Liter) **6** In „Die Welt des Tees“ von Cornelia Haller-Zingerling erfährt man alles über Anbaugelände oder Sorten, ca. 20 Euro (Umschau Verlag)

