

## Rezept für Chai Latte (warm oder kalt)

für 8 Tassen

### Zutaten

5 Tassen	Milch
3 Tassen	Wasser
1 Esslöffel	Fenchelsamen
1 Teelöffel	Anissamen
1	Zimtstange
6	Kardamomkapseln
4	Gewürznelken
10	Pfefferkörner schwarz
1 cm	frischer Ingwer feingehackt
4 Esslöffel	Schwarztee (Assam oder Darjeeling)
1-2 Esslöffel oder	Honig
2 Esslöffel	Zucker



### Herstellung

Die Milch und das Wasser werden mit den Gewürzen zusammen zum Kochen gebracht und kurz vor dem Aufschäumen der Milch vom Herd genommen. Das ganze 15 Minuten ziehen lassen, nochmals kurz aufwärmen und den Schwarztee hinzufügen. Nochmals 3-5 Minuten ziehen lassen und absieben. Das Ganze mit dem Honig oder dem Zucker süssen und vor allem im Winter warm geniessen oder im Sommer kalt stellen und mit Eiswürfel im Glas servieren.

### Varianten

Bei der Süssung kann nach geschmacklichem Belieben statt Honig oder Zucker auch Vanillezucker oder brauner Zucker genommen werden. Eine Schokoladige Note erreicht man mit der Zugabe von 1-2 Teelöffel Kakaopulver.



**zeller Kräuterhaus-Drogerie Solothurn**

Kräuterhaus-Drogerie Inh. A. Löffel Hauptgasse 63 4500 Solothurn  
Tel. 032 622 11 79 Fax 032 622 94 04 mail@drogerie-zeller.ch

Ihr Spezialist für

Heilkräuter und Naturheilmittel