

ROOIBUSCH- ein Wundertee



Der Rooibos oder Rooibusch (*Aspalanthus linearia*) ist in Südafrika heimisch und wächst nur in der Umgebung des Olifants River und an den Hängen der Cedarberge. Im Herzen des Anbaugebietes liegt das Dorf CLANWILLIAM.

Die ganze Gegend gilt zu Recht als kleines „Ceylon Südafrikas“ denn genauso wie der Name Ceylon auf der ganzen Welt der Begriff für Schwarztee ist, so ist Clanwilliam für seinen aromatischen und bekömmlichen Rooibuschtee berühmt.

Die buschigen Pflanzen, mit ihren dünnen, hängenden Zweigen und nadelförmigen Blätter, haben kleine gelbe Blüten. Nach der Pflanzung vergehen 18 Monate, bis erstmals geerntet werden kann und erst nach 3 Jahren erreicht der Teebusch seine maximale Produktivität. Der Rooibusch wird ca. 1,5m hoch und liefert pro Ernte ungefähr 250 gr getrockneten Tee. Er wird bis zu 20 Jahre alt, doch die Ernte lohnt sich nur während 7 Jahren. Erntezeit ist im Sommer und Frühherbst. Dabei werden die Zweige mit der Sichel geschnitten und gebündelt. Diese werden auf eine Länge von 4mm geschnitten, dann gequetscht, mit sauberem Wasser versetzt und für den anschließenden Fermentationsprozess - er dauert etwa 8 Stunden - zu Haufen geschichtet. Danach wird der Tee an der Sonne getrocknet. Während dieser Phase verfärben sich die geschnittenen Rooibusch-Zweige zu jenem rotbraun, welches dem Tee den Namen Rooibos (Rotbusch) gegeben hat.

Der getrocknete Tee wird gesiebt und eine abschliessende Pasteurisation mittels 90° heissem Dampf soll den Insektenbefall verhindern. Durch die Rooibusch-Behörde wird die Güteklasse-Einteilung bestimmt. Unser angebotener Rooibuschtee wurde mit der höchsten Qualitäts-Bezeichnung SUPER GRADE ausgezeichnet.

Über die vielseitige Verwendung dieses Tees und seine gesundheitsfördernden Eigenschaften liessen sich ganze Bücher füllen.

Viele Mütter haben den Rooibusch-Tee als wirksames Mittel kennengelernt, wenn ihr Baby von Bauchkrämpfen geplagt wurde. Man weiss auch, dass der in der Pflanze enthaltene Wirkstoff Allergiesymptome wie Heuschnupfen, Asthma, Ekzeme und Magenbeschwerden zu lindern vermag. Dazu kommt, dass der Tee keine schädlichen Stimulantien wie etwa Coffein (Teein) enthält und daher auch als aromatischer Genusstee getrunken werden kann. Der Rooibuschtee ist ausserdem reich an Mineralstoffen und hat einen niedrigen Tanningehalt. 100 gr Tee enthalten zudem 15,7 mg Vitamin C.

Analyse von Rooibuschtee

	mg/lt
Coffein (Teein)	0
Tannin	726 (Schwarztee = 4950)
Protein	1004
Calcium	36
Magnesium	30
Natrium	57,5
Eisen	1,3
Kupfer	0,006
Mangan	1,18
Zink	0,1
Fluor	0,27
enzymart. Säuren	5,3



ROOIBUSCHTEE als Genusstee, eiskalt oder heiss getrunken. Mit Milch, Zucker, Honig oder auch ungesüsst, mit Zitrone oder Orange - ein herrlicher Durstlöscher.

ROOIBUSCHTEE - ein natürlicher Heiltrunk. Für die stillende Mutter, gegen Bauchkrämpfe von Kleinkinder, zur Beruhigung der Nerven, für einen guten Schlaf. Rooibuschtee mit wenig Honig getrunken bringt Erleichterung bei Asthma und Heuschnupfen.

ROOIBUSCHTEE zum Betupfen von Hautausschlägen und Ekzemen.

ROOIBUSCHTEE für den Sportler, zur Erhaltung von Fitness und Gesundheit, dank dem hohen Gehalt an Mineralstoffen. Der ideale Durstlöscher während oder nach dem Sport, kalt oder warm getrunken.

ROOIBUSCHTEE mit den vielen Möglichkeiten der Verwendung

- für die Küche
- zum Backen
- für Bowlen und Fruchtsaftgetränke
- für einen gesunden Enzym-Haushalt



Tips und Winke

1. Rooibuschtee ersetzt Wasser oder Milch in vielen Rezepten. Es lohnt sich daher, immer einen Vorrat von kräftigem, kaltem Rooibuschtee im Kühlschrank aufzubewahren.
2. Trockenfrüchte in Rooibuschtee über Nacht einweichen und am nächsten Tag aufkochen - ein herrliches Essvergnügen.
3. Rooibuschtee für Bouillon, Risotto, Gemüse etc.
4. Ein herrlich durstlöschendes Getränk ergibt eine Mischung von kaltem Rooibuschtee mit gekühlten Fruchtsäften.
5. Ein Tässchen kräftiger Rooibuschtee nach einem reichhaltigen Essen erleichtert die Verdauung.

Wie köstlich der Rooibuschtee schmeckt, lässt sich nicht in Worte fassen - man muss ihn selber probieren. Und schon nach einer Tasse wird man es nicht mehr missen wollen, das echt südafrikanische Aroma dieses bekömmlichen Wundergetränk aus den Cedarbergen.

Zubereitung von Rooibuschtee

- Teekrug mit heissem Wasser ausspülen
- pro Tasse 1 Teelöffel voll Rooibusch mit **kochendem** Wasser übergiesen
- einige Minuten ziehen lassen
absieben und nach Gutdünken Milch, Zucker, Honig oder Zitrone dazu geben.



REZEPTE

ROOIBUSCH - BOWLE

1 lt kräftigen Rooibuschtee

1 lt Orangensaft

1 lt Ananassaft

2 fl Schaumwein oder Mineralwasser

Zucker, Eiswürfel

Mit Orangenscheiben dekorieren und kalt servieren.

ROOIBUSCH - FRUCHTMIX - DRINK

1 lt Rooibuschtee

½ lf Süssmost

½ lf Grapefruitsaft

1 lt Citro oder Mineralwasser

Mit Ananas- und Eiswürfel servieren.

ROOIBUSCH - ORANGE - CAKE

125 cc kräftigen Rooibuschtee

280 gr Mehl

Backpulver

160 gr Zucker

30 gr Butter

2 Eier

100 gr Datteln

Saft und Schale von 2 Orangen

Salz

Orangensaft und die fein geriebene Schale mit den fein gehackten Datteln gut mischen. Rooibuschtee, Butter und die geschlagenen Eier, sodann Mehl, Backpulver, Salz und Zucker dazugeben und gut miteinander mischen. In Cakes-Form füllen und bei 180° backen.

In folgenden Grössen erhältlich: 150g Fr. 7.30, 250g Fr. 11.80, 500g Fr. 21.80

Für Liebhaber sind zwei Grössen auch mit „Zimt und Jasmin“ erhältlich:

150g Fr. 8.30, 250g Fr. 12.80



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