

Pressemitteilung

Zu Ostern frühlingsleicht genießen mit Tee

Hamburg, März 2011. Es ist Frühling, die Natur erwacht, das Osterfest steht vor der Tür. Nach einem langen, kalten Winter steht vielen der Sinn nach frühlingsfrischen Genüssen. Tee verleiht Speisen eine leichte und raffinierte Note, die das Ostermenü zum Erlebnis für den Gaumen macht.

Auch bei einem Oster-Ausflug oder einem Spaziergang zum Osterfeuer ist Tee ein guter Begleiter. „Bei einer Tasse Tee kann man entspannt die Frühlingssonne genießen. Er hält warm und ist eine Wohltat für die Sinne“, rät Dr. Monika Beutgen, Geschäftsführerin des Deutschen Teeverbandes. Ihr Tipp: Mit Freunden und Familie raus in die Natur gehen und ein Oster-Picknick mit original englischen „Tea Time“-Sandwiches veranstalten!

Mit den folgenden Rezeptvorschlägen des Deutschen Teeverbandes lassen sich die Ostertage zu Hause oder draußen frühlingsleicht mit Tee genießen:

Rezept für den Genuss mit Tee zu Hause: Hähnchen in Tee-Marinade

Zutaten für 4 Personen:

1 EL	Grüner Tee (z.B. Sencha)
1	Limette
4	Hähnchenkeulen (ca. 900 g)
20 g	Butterschmalz
250 g	Basmati-Reis
1 Bund	Lauchzwiebeln
1	Chilischote
1/2	Bund Zitronenmelisse
	Salz
	Frisch gemahlener Pfeffer



Zubereitung:

Tee mit 500 ml kochendem Wasser aufgießen und zugedeckt 3 Minuten ziehen lassen. Dann durch ein Sieb gießen und abkühlen lassen. Die Limette heiß abwaschen, trocken tupfen, in dünne Scheiben schneiden und zum Tee geben. Hähnchenkeulen waschen und abtropfen lassen. Mit Salz und Pfeffer

einreiben. Butterschmalz erhitzen. Die Hähnchenkeulen darin kräftig anbraten. Mit der Marinade ablöschen und bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten schmoren lassen. Dann mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Reis nach Packungsangabe zubereiten. Die Lauchzwiebeln putzen, waschen und in Stücke schneiden. Die Chilischote waschen, trocken tupfen, entkernen und fein hacken. Beides unter die Hähnchenkeulen mischen und weitere 15 Minuten köcheln lassen. Melisseblätter von den Stielen zupfen, waschen, trocken tupfen und hacken. Hähnchenkeulen mit Soße und Reis anrichten. Zitronenmelisse darüber streuen.

Zubereitungszeit: ca. 60 Min.

Viele weitere raffinierte Gerichte mit Tee sowie die Rezepte für die original englischen „Tea Time“-Sandwiches mit Ei und Kresse, Geflügel, Gurke und Lachs finden sich unter: <http://www.tea-up-your-life.de/rezepte/teatime.php>.

Weitere Informationen gibt es auf dem Verbraucher-Portal des Deutschen Teeverbandes unter: www.tea-up-your-life.de.

Bei Veröffentlichung Beleg erbeten!

Weitere Informationen:

tea-up your life

Pressestelle Deutscher Teeverband e.V.

c/o

ipr, idee public relations GmbH

Große Elbstraße 145 f

22767 Hamburg

Tel.: 040-28 40 13-0, Fax: 040-28 40 13-40

E-Mail: info@tea-up-your-life.de

www.tea-up-your-life.de

Ansprechpartner: Antonia Glaue, Bettina Götsche