

## Exceptionell japansk kvalitet

Hos japanska KEIKO får du te av mycket hög kvalitet, odlat på plantager i Kagoshimaregionen i södra Japan. Här växer tebuskarna under ideala klimatförhållanden på fruktbar, vulkanisk jord.

De tebuskar som finns vilda i naturen växer i halvskuggan under träd, något som man normalt inte tar hänsyn till på teplantager. I Japan har man dock funnit att teet får en bättre kvalitet om man de sista veckorna innan skörd täcker över buskarna med speciella nät. På så sätt når bara hälften av solens ljus plantorna. Halvskuggeteet innehåller en långt större mängd av klorofyll och andra aktiva näringsämnen och har också färre bitterämnen än vanligt grönt te, vilket ger en speciellt frisk och sammanfattad arom och doft.

## Hög ekologisk kvalitet

KEIKO gick över till ekologisk odling redan 1992 och var först i Japan med att bli certifierat enligt EUs märkning för ekologisk kvalitet.

När tyska "Stiftung Warentest" 1999 testade 22 olika gröna teer var Keiko den enda producenten vars te var helt fritt från pesticidrester.



## Bevarande av värdefulla näringsämnen

KEIKO-te behandlas med traditionell japansk noggrannhet för att bevara alla de aktiva ämnena och bladens fina arom. De färska mörkgröna bladen ångas, avkyls och valsas, varefter de försiktigt torkas. En japansk tedyrkare är minst lika noggrann med kvaliteten som de finaste, franska vinbönderna. Eftersom teet är så rikt på vitala näringsämnen är det mycket känsligt för syre. Teet säljs därför i lufttäta påsar, vilket bidrar till att garantera maximal färskhets och njutning!

## Flera plockningar om året

Det japanska halvskuggeteet skördas flera gånger om året. I den första skörden på senvåren får man en speciellt hög kvalitet. Den milda vårsolen och det ljumma klimatet skapar mycket gynnsamma förhållanden för utvecklingen av arom- och näringsämnena i tebuskarnas blad. Teet från de tidiga plockningarna har en nästan tallbarrsaktig struktur med en delikat och frisk smak. Teet från den andra och tredje plockningen har andra goda kvaliteter och är billigare.

## Så kommer du i gång

Det finns cirka 16 KEIKO-kvaliteter av lösa teer att välja mellan: fem som tepåsar och åtta med gröntte-pulver (matcha). Se hela urvalet hos din KEIKO-förhandlare eller på [www.fonixmusik.dk](http://www.fonixmusik.dk). Det kan verka lite överväldigande om man är nybörjare inom japanska halvskuggeteer, men här är några bra sorter att börja med:

### KABUSE NO. 2

Ett färskt, grönt Kabusecha från juniplockningen. Det har en mild arom, en frisk grön färg och doftar härligt i koppen.

50 g | 89:–  
Best. Nr. 13336



### TENKO

Tenko betyder "gåva från himmelen". Framställt av teblad som plockats i slutet av april. Eftersmaken är varaktig och stannar länge på tungan. Tenko är jadegrönt i koppen och har en rik, fruktig och frisk doft, med en karakteristisk, nötaktig smak.

50 g | 186:–  
Best. Nr. 13333



### KABUSE GENMAICHA + MATCHA

En traditionell japansk specialitet, gjord av bladen från andra plockningen som blandats med rostat ris (Genmai) och friskt grönttepulver (Matcha). Har en fyllig smak med en behaglig, rostad ton och är intensivt grönt i koppen.

50 g | 89:–  
Best. Nr. 13340



### BANCHA

Bancha är ljusgrönt i koppen och har en speciellt mild och harmonisk arom. Detta te är gjort på större blad och har ett lågt koffeininnehåll. Kan därför njutas på kvällen. Ett idealiskt te för familjen, såväl som för nybörjare.

50 g | 64:–  
Best. Nr. 13338



### KABUSE KONACHA

De små bladdelarna i detta te fås genom att sikta te från den första och andra plockningen. Ett fint, friskt, grönt halvskuggete i en praktisk, vanlig tepåse. Påsarna är förseglade, för att förhindra syresättning. Tepåsarna kan användas två gånger.

10 x 2 g | 69:–  
Best. Nr. 13349



GENUINE JAPANESE  
**KEIKO**  
SHADED GREEN TEA

## EKOLOGISKT, JAPANSKT HALVSKUGGETE

*Sunt och välsmakande te som du aldrig upplevt det*



## ÅTERFÖRSÄLJARE

Distribution:  
Fønix Musik · Tel. 0431-36 98 50 · [www.fonixmusik.se](http://www.fonixmusik.se)



fonix musik



# Så brygger du det bästa japanska halvskuggeteet

## Ju bättre te – desto mindre tekanna

I Japan säger man att ju bättre teet är, desto mindre tekanna ska man använda. Istället för att brygga en stor kanna kokar man en större mängd vatten och häller på en termos till resten av dagen. När man sedan blir sugen på en god kopp te, brygger man en mindre mängd, så att teet alltid är färskt. Den ideala vattentemperaturen för gott te är 60-70 grader, så det är bara bra om vattnets temperatur sjunker i termosens under dagen. I en liten kanna kan man brygga 3-4 gånger på varje portion te och smaken blir ofta till och med lite bättre vid andra och tredje brygningen.



## Tillredning av grönt te

Vid sidan av teets kvalitet avgörs smaken även av följande fyra faktorer: vattenkvalitet, vattentemperatur, brygningstid och mängden av te. Nedan följer några rekommendationer för att hitta den bästa tillredningen för din smak, men du kan med fördel experimentera och variera.

## Bra vatten

Vattenkvaliteten har stor betydelse för teets smak. Det bästa är att använda vitaliserat vatten med lågt innehåll av kalk.

## Rätt vattentemperatur

Ju bättre te, desto lägre temperatur ska teet ha. Om vattnet är för varmt frigör inte teet sin fulla arom och blir lätt bittert. Koka därför först vattnet för att reducera innehållet av syre och kalk. Kyl sedan vattnet till önskad temperatur.

## Idealisk brygningstid

SVART	PLOCKNING	BRYGGNING						
		1.	2.	3.	4.	5.		
		°C	SEKUNDER					
Tenbu Fuka / Tenbu		60°-65°	60	15	15	15	30	
Soshun / Shincha / Diamond Leaf / Dan / Tenko	1.	60°-65°	60	15	15	30		-
Kabusecha No. 1		60°-65°	60	15	30			-
Kabusecha No. 2	2.	65°-70°	40	15	30			-
Sencha	3.	65°-70°	40	15	30			-
Bancha	1.-3.	65°-70°	40	15	30			-
Kabusecha Matcha-Genmai	2.	65°-70°	40	15	30			-
Kabusecha Kukicha	1.	65°-70°	40	15	30			-
Kabusecha Konacha	1. + 2.	70°-75°	60-90	15	30			-
Kabusecha Houjicha	1.	75°-80°	30	15	30			-
Benifuuki No.1 og No.2	1.	80°	90	30	30			-

## Rätt temängd

En tesked te är lagom till en liten, japansk tekanna. I Japan föredrar man att dricka teet i små tekoppar.

## Lagring av det gröna teet

Det höga innehållet av vitaminer i teet går till viss del förlorat vid kontakt med luftens syre. Därför bör du genast efter att du har använt ditt te, trycka ur luften ur påsen och återsluta den med de medföljande klämmorna. Härfter bör teet förvaras i kylskåp och, helst, användas inom cirka fyra veckor. På så sätt får du den fulla glädjen av teets många goda näringsämnen.

# Så brygger du te - steg för steg



1. Koka vatten och låt det svalna till 60-80 °C, beroende på vilket sorts te det är. Du kan också låta teet svalna i koppen. Då blir koppen varm och du kan mäta den exakta mängden vatten.



2. Lägg en tesked te i en japansk tekanna (eller i din kopp), håll över vattnet och låt teet dra.



3. Om du serverar te till flera, börja med att hälla lite te i varje kopp och fyll sedan gradvis, en kopp i taget. På så sätt blir teet lika starkt i alla kopparna. När du häller upp det sista kan du vippa tekannen lite fram och tillbaka, så att teet "skvalpar" lite i kanterna. Detta utgör den allra sista dragningstiden. "Skaka" sedan ut de sista dropparna ur kannan, så att inte teet ligger och drar ytterligare.



4. Servera det färska teet. Japanerna använder aldrig socker, men man kan servera något sött till teet.

5. Efter den första serveringen är det lätt att brygga igen. Häll det lätt avkylda vattnet över tebladen, som nu ska dra i cirka 15 sekunder. Tebladen har redan absorberat vatten från den första brygningen och avger därför smak snabbare.

Efter tre till fem dragningar tömmer du tekannen genom att slå lätt på den. Skölj den sedan grundligt under rinnande vatten. Om det sitter rester i silen kan du rensa den med en liten borste. Låt alltid tekannen torka utan lock, upp och ner.



## Inget behöver gå till spillo. Ät ditt te!

För de finare kvaliteterna gäller att när du bryggt teet tre gånger, ska du inte slänga det efteråt. Teet är så gott att bladen kan ätas! Njut tebladen med ett par droppar tamari eller lite citronsaft – antingen som de är eller på exempelvis rostat bröd. Bladen har en frisk, spenatliknande, smak och när du äter dem får du i dig både de vattenlösliga näringsämnena från teet och alla de övriga vitaminerna och antioxidanterna som bladen innehåller.