

TÈ MASALA



Il tè Masala è estremamente popolare in India, grazie al suo gusto ed aroma. Può prevenire vari tipi di malattie e mantenerti in salute. Il tè Masala è una miscela di diversi ingredienti, tra cui cardamomo, zenzero, cannella, pepe nero e cannella. Ha forti proprietà antinfiammatorie ed antiossidanti, fa bene al sistema immunitario e aiuta nel processo digestivo.

Ingredienti per 2 persone

- 350ml di acqua
- 100ml di latte fresco o intero (è indispensabile che il latte non sia scremato, o il chai verrà poco corposo)
- 3 grani di pepe nero
- 10 baccelli verdi di cardamomo leggermente schiacciati
- 1 pizzico di semi di finocchio
- 5 chiodi di garofano
- 1 stecca piccola di cannella
- 1 cucchiaino di zenzero fresco grattugiato
- 1 bustina di tè nero forte
- zucchero bianco / o di canna

PREPARAZIONE:

- 1.) Mettere insieme tutti gli ingredienti (tranne il tè) in un pentolino e portare a bollire
- 2.) A questo punto abbassare la fiamma e proseguire la cottura a fuoco molto basso per circa 15 minuti, poi spegnere.
- 3.) Aggiungere 1 bustina di tè e lasciare da 1 a 3 minuti (a seconda dell'intensità desiderata)
- 4.) aggiungere lo zucchero a piacimento, filtrare e servire.

SUGGERIMENTI INGREDIENTI:



4170 ITS COLOMBO
Pepe nero spezzato
100 gr.



0572 ITS
Cardamomo
50 gr.



3605 ITS
Semi di finocchio
100 gr.



4175 ITS COLOMBO
Chiodi di garofano
50 gr.



1427 ITS COLOMBO
Bastoncini di cannella
50 gr.



3466 ITS COLOMBO
Ceylon Premium black Tea
50 buste