



KASCHMIRTEE

Zerstossen Sie die Zimtstange und die schwarzen Samenkern aus der Kardamomkapsel grob in einem Mörser. Überbrühen Sie Tee, Zimt und Kardamom mit dem kochenden Wasser in einem Topf oder einer Teekanne und lassen Sie den Tee etwa 5 Minuten zugedeckt ziehen. Seihen Sie den Tee in Teegläser ab, in die Sie jeweils einen Safranfaden gelegt haben.

Dieser wunderbare Tee lädt ein zum Verweilen, Plaudern, Innehalten.

In keinem anderen Land der Erde wird Safran schon so lange verwendet wie in Kaschmir. Hier an den lange schneebedeckten Bergen des hohen Himalaya ist der wilde Safran zuhause.



Zutaten

- 1 Zimtstange, 4–5 cm lang
- 1 Kardamomkapsel
- 2 TL schwarzer Tee
- 2 Tassen kochendes Wasser
- 2 Safranfäden

Die Namen Safran und Crocus leiten sich von einer alten assyrisch-babylonischen Bezeichnung ab. In Vorderasien wächst der Safrankrokus wild. Die dortigen alten Kulturvölker züchteten aus dem wilden Safran wahrscheinlich schon vor 5000 Jahren eine ertragreichere Safranpflanze. Die Rezepte der Safranspeisen von Gelagen und Festbanketten im alten Babylon oder Ninive leben heute in der arabischen und persischen Küche weiter. In der zentralasiatischen und nordindischen Küche wird noch heute viel mit

Safran gekocht. Mesopotamische Rezepte und jene aus den Bergregionen des Himalaya fließen in der iranischen Küche zusammen.

Die alte Tradition des Safranbaus wird noch heute im Iran gepflegt. Grosse Anbauflächen gibt es in der Gegend von Baku, Hamadan und Ghay. Die besten Felder liegen in der gebirgigen Region im Norden nahe der afghanischen Grenze.

Die iranische Produktion hat die bisher grösste, die spanische, inzwischen überrundet.



Quellenhinweis

Susanne Fischer-Rizzi
«Gold in der Küche»: Das Safrankochbuch,
AT Verlag;
Fotos: Ulla Mayer-Raichle.