



SOMMARIO

PREFAZIONE	9
PARTE 1: TÈ	10
COS'È IL TÈ?	12
CONOSCENZA DI BASE DEL TÈ	19
LAVORAZIONE	20
VARIETÀ E CULTIVAR	26
TIPI DI TÈ	28
TERROIR	47
PROPRIETÀ CHIMICHE DEL TÈ	56
MODIFICHE DELLA COMPOSIZIONE CHIMICA	58
PARTE 2: TECNICA	60
ACQUA	62
PREPARAZIONE DELLA TAZZA DI TÈ PERFETTA	74
CREAZIONE DELLA TAZZA DI TÈ PERFETTA	94
RITORNO ALLA TRADIZIONE NELLA CULTURA DEL TÈ	105
IDEE CONTEMPORANEE	126
TÈ FREDDO	134
PARTE 3: ABBINAMENTI E COCKTAIL	140
ABBINAMENTI	142
COCKTAIL	144
RINGRAZIAMENTI	156
MARVIN SHOUNI	156
L'AUTORE	157
INDICE ANALITICO	158

COS'È IL TÈ?

Il tè è originario delle colline settentrionali ai piedi delle montagne himalaiane, dove la popolazione masticava le foglie della pianta di *Camellia sinensis* a scopo medicinale. Negli scorsi millenni, i cinesi inventarono tecniche e tecnologie per riuscire a conservare queste foglie. Le tecnologie create dai cinesi non solo permisero alle foglie di durare più a lungo, ma consentirono anche di trasportare il tè per distanze maggiori. Grazie alla sua migliore trasportabilità, nuovi villaggi cominciarono a coltivarlo e a sviluppare tecniche e tecnologie personali per la lavorazione delle foglie. Questa lunga storia di creazione, condivisione e innovazione portò alla produzione dei vari tipi di tè che conosciamo oggi, oltre alle centinaia, se non migliaia, di varietà che possiamo gustarci ogni giorno: tutto da un'unica foglia!

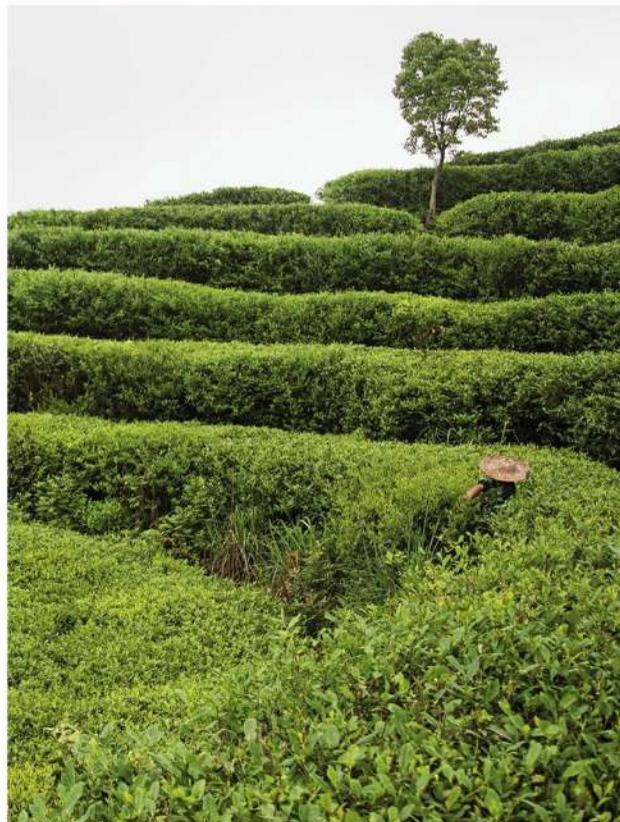
LA STORIA DEL TÈ COME ICONA CULTURALE

Sembra scontato che un libro sul tè debba cominciare con una serie di date e avvenimenti che ne delineino la storia.

Tuttavia, un esercizio simile non aiuta a capire cosa sia il tè. La sua storia non può essere sintetizzata in una semplice serie di date e avvenimenti. Si tratta di una storia complessa, ricca e variopinta, come il numero di tazze di tè consumate negli ultimi tremila anni.

In effetti, la complessa storia del tè cambia ogni volta che qualcuno: assaggia un nuovo tè; lo beve per la prima volta; consuma il tè e sperimenta un'epifania o avverte un contatto più profondo con se stesso; lo regala a un amico; sente il mondo rallentare dopo aver bevuto una tazza di tè; pensa: "vorrei bere più tè"; o afferma: "io non bevo tè, non fa per me", ecc. Solo a causa di queste esperienze, siamo spinti a bere o rifiutare il tè, a invitare un amico a prenderne una tazza insieme, a viaggiare per il mondo e imparare come la gente lo prepara, o a leggere libri che ne parlano.

La consapevolezza di queste esperienze e le nostre convinzioni sul tè ci aiutano a capirne la "storia", perché quelle esperienze e convinzioni sono ciò che caratterizza realmente questa bevanda.



RACCOLTA

Come suggerisce il termine, la raccolta è il processo utilizzato per staccare le foglie dalla pianta del tè. Il modo in cui vengono staccate gioca un ruolo importante nel sapore e nell'aroma del tè risultante. Più semplicemente, la raccolta innesca la produzione nell'arbusto di una linfa dolce (un miscuglio di sostanze responsabili del sapore e aroma unici). Più linfa riesce a creare il coltivatore nei suoi cespugli, più saranno dolci le foglie e il sapore del tè.



Quando comincia la produzione di tè, la raccolta delle foglie continua per buona parte dell'anno. Questo non solo per raccogliere più foglie, ma anche per evitare che le piante fioriscano. Non appena fiorisce, la pianta di tè concentra l'energia nel sostentamento del fiore, costringendo le foglie al letargo, una fase in cui diventano dure e fragili. Se un cespuglio o albero viene sottoposto a una raccolta troppo aggressiva, tuttavia, il coltivatore può danneggiare gravemente la pianta o ucciderla. Quest'ultimo deve trovare un equilibrio fra il suo bisogno di favorire la dolcezza e il bisogno di crescita della pianta.



La maggior parte dei coltivatori tiene sotto controllo le piante, potandole in modo che non superino l'altezza della spalla. Questo facilita la raccolta delle foglie, oltre a creare splendidi paesaggi con file di cespugli ondegianti perfettamente potati, che crescono sui fianchi delle montagne. Si tratta di un tipo di coltivazione relativamente recente, introdotta dai monasteri buddisti, che tenevano le loro piantagioni in maniera impeccabile, a simboleggiare la convinzione che il tè sia un dono di vita e debba essere onorato. Oggi, i coltivatori trovano più facile occuparsi degli arbusti tenuti in questa maniera, poiché la raccolta delle foglie si rivela più efficace. Prima di questo stile più moderno di orticoltura, i coltivatori lasciavano crescere le piante di tè "selvatiche", ossia non potate ma a forma di albero, invece che di cespuglio. È ancora possibile trovare tè ottenuti da piante selvatiche, ma questi sono solitamente venduti a prezzi superiori, perché serve più tempo a raccogliere le foglie e perché il tè ottenuto da una pianta "naturale" o "selvatica" è ritenuto migliore rispetto a quello proveniente dalla coltivazione controllata delle attuali piantagioni.



Esistono due diversi processi di appassimento, entrambi con un ruolo importante, non solo nel raggiungimento di sapori e aromi complessi, ma anche nella determinazione del tipo di tè prodotto. Questi processi vengono definiti in maniera colloquiale come appassimento fisico e chimico.

APPASSIMENTO

Un altro processo fondamentale per la creazione di tè di qualità elevata è l'appassimento. Questo permette di ottenere una miriade di forme di tè, avvia molte importanti trasformazioni chimiche che si verificano durante la lavorazione, ed è uno dei processi responsabili del raggiungimento di colore, sapore e aroma. Praticamente tutti i tè vengono sottoposti ad appassimento, anche solo per i venti-trenta minuti necessari alle foglie raccolte per essere trasportate nella struttura produttiva. Anche in questo caso, non tutti i tè vengono fatti appassire allo stesso modo!



APPASSIMENTO FISICO

L'appassimento fisico riduce il contenuto di umidità della foglia e la rende flessibile, in modo da poterla manipolare con facilità nelle fasi successive. Tutti i tè vengono sottoposti ad almeno un po' di appassimento fisico. Senza questo, sarebbe molto difficile per il maestro riuscire a creare le forme magnifiche e caratteristiche del tè.

APPASSIMENTO CHIMICO

L'appassimento chimico, invece, è un processo che richiede più tempo e favorisce la scissione delle sostanze complesse nelle cellule della foglia, trasformandole in sostanze più semplici, che aggiungono corpo e sapore al tè. Se consentito, l'appassimento chimico può avviare il processo di ossidazione. A seconda del tipo di prodotto lavorato, il maestro del tè potrebbe limitare la durata dell'appassimento chimico subito dalle foglie per ottenere il sapore e il profilo aromatico desiderati. Oppure, come nel caso della maggior parte dei tè non ossidati, questa fase potrebbe essere evitata del tutto.



TÈ NERO

I procedimenti di base utilizzati nella produzione di tutti i tè neri sono: appassimento, arrotolamento, ossidazione ed essiccazione. Il tè nero rappresenta un'eccezione rispetto ad altre forme di tè, a causa della notevole presenza di catechine condensate (per esempio, polifenoli formati durante l'ossidazione). Un modo altisonante per dire che il tè nero è unico, poiché viene sottoposto a un consistente processo di ossidazione.

OSSIDAZIONE

Il sapore del tè nero è determinato, in parte, dal tempo di ossidazione. La lavorazione di questo prodotto è davvero un'arte, poiché il profilo aromatico si sviluppa rapidamente durante la fase di ossidazione, ma a un certo punto il sapore desiderato comincia a svanire in fretta.

Esistono sei fattori unici che influenzano il modo in cui si ossida una foglia e, di conseguenza, sei fattori che influenzano il sapore del tè nero.

Innanzitutto, sebbene sia generalmente riconosciuto che la temperatura migliore per avviare l'ossidazione è intorno ai 29°C, qualsiasi fluttuazione di questa temperatura influenza moltissimo il livello di umidità perso dalla foglia, oltre alla quantità e al tipo di catechine ossidate.

Secondo, la consistenza e l'intensità dell'appassimento influenzano il modo in cui si ossidano le foglie. Se queste vengono fatte appassire in maniera disomogenea o troppo rapidamente, le catechine si ossideranno in modo diverso, e il sapore del tè cambierà.

Terzo, la dimensione e la sottigliezza della foglia influenzano il tempo necessario alle catechine per reagire con l'ossigeno.

Quarto, il miscuglio di diverse cultivar o di foglie raccolte in zone differenti può portare a un'ossidazione disomogenea, perché queste non avranno la stessa capacità di ossidazione. Le foglie potrebbero avere dimensioni diverse o essere cresciute in condizioni differenti (per esempio, in pieno sole, invece che al sole parziale). Un'ossidazione disomogenea crea sapore e qualità disomogenei.

Quinto, quando fa ossidare una foglia, il maestro del tè deve valutare quattro diverse caratteristiche aromatiche: vivacità, brillantezza, astringenza e intensità. Ognuna di queste caratteristiche emerge e poi scompare in fasi diverse del processo di ossidazione. Il maestro deve quindi determinare quale di queste abbia la



precedenza quando tenta di bilanciare tutte e quattro le caratteristiche presenti nel tè nero.

Sesto, le condizioni ambientali possono avere una grossa influenza sull'uniformità dell'ossidazione complessiva. La quantità di ossigeno presente, la temperatura del luogo, il vento e altri tipi di contaminanti influenzano la qualità generale dell'ossidazione.

ALTRE VARIABILI CHE INFLUENZANO IL SAPORE DEL TÈ NERO

La qualità e il sapore del tè nero sono determinati anche dalla quantità di materia solubile nella foglia (sostanze che si sciolgono in fasi diverse della lavorazione). Questo è particolarmente vero per il tè nero, perché la materia solubile nella foglia si trasformerà durante il processo di ossidazione. Questa trasformazione crea sapori e aromi unici. La materia solubile in qualsiasi foglia di tè dipende non solo dal tipo di cultivar utilizzata, ma anche dal terreno in cui è cresciuta la pianta. Ogni cultivar contiene diversi livelli di materia solubile, ma questo vale anche per le stesse cultivar cresciute in regioni differenti.

VALUTAZIONE DEL TÈ NERO

Una delle caratteristiche che consentono di valutare la qualità del tè nero è l'arrotolamento delle foglie. In genere, i tè migliori sono quelli con le foglie arrotolate strette e in maniera uniforme. I tè di qualità inferiore, invece, presentano foglie arrotolate in maniera allentata e irregolare. Detto questo,



il modo in cui vengono arrotolate le foglie ha più a che fare con la capacità di infusione che con il sapore del tè. Quindi, non bisognerebbe valutare il sapore in base all'arrotolamento delle foglie. È frequente trovare persone che preferiscono il sapore dei tè neri con foglie arrotolate lente rispetto ai tè neri più costosi o più pregiati con foglie arrotolate strette.

CLASSIFICAZIONE SUD-ASIATICA

Nel Ventesimo secolo, il tè nero economico indiano subentrò praticamente nell'intero mercato del tè. La classificazione dei tè neri diventò quindi complicata, con un gergo industriale compreso solo dai commercianti alle aste.

Il sistema inglese/indiano di classificazione del tè è basato su una gerarchia di definizioni che si riferiscono a caratteristiche visive delle foglie. La prima lettera di ogni parola viene usata per creare un acronimo. Questi acronimi sono utilizzati per effettuare la classificazione del tè. Le classi vengono stabilite utilizzando come punto di riferimento la qualità "Orange Pekoe" (OP). Gli acronimi al di sopra della classe OP indicano tè di qualità elevata, mentre quelli al di sotto indicano tè di qualità inferiore. A rendere questo sistema poco accessibile è il fatto che il punto di riferimento della classe OP non abbia nulla a che fare con il sapore o il colore del tè, nonostante l'utilizzo della parola "orange". Orange Pekoe denota, invece, soltanto il tè nero costituito da foglie intere (non "dust" o "fannings", ossia polvere o frammenti piccoli), ma senza germogli con punte dorate ("tippy").



Sebbene la maggior parte delle aste del tè non abbia più luogo negli ex territori coloniali, questo sistema sopravvive ancora. Come e perché il sistema continui a esistere è un argomento su cui non posso fare supposizioni. Basterà guardare la gerarchia di questo vecchio sistema per riconoscerne immediatamente la difficoltà di utilizzo:

SFTGFOP-1: Super Fine Tippy Golden Flowery Orange Pekoe—Grade 1

SFTGFOP: Super Fine Tippy Golden Flowery Orange Pekoe

FTGFOP: Fine Tippy Golden Flowery Orange Pekoe

TGFOP: Tippy Golden Flowery Orange Pekoe

GFOP: Golden Flowery Orange Pekoe

FOP: Flowery Orange Pekoe

OP: Orange Pekoe (benchmark)

BOP: Broken Orange Pekoe

FBOP: Flowery Broken Orange Pekoe

TGBOP: Tippy Golden Broken Orange Pekoe

BOPF: Broken Orange Pekoe Fannings

BOPD: Broken Orange Pekoe Dust

SCELTA DEL TÈ

Aggiungendo l'acqua alle foglie della pianta di *Camellia sinensis*, è possibile ottenere un vero e proprio elisir di lunga vita. La decisione del tipo di tè da utilizzare può essere banale come la scelta dell'onnipresente ma polveroso tè economico in fondo al vostro armadietto, o memorabile come quella di un tè realizzato a mano da uno dei coltivatori e produttori più famosi al mondo. Ma come si fa a decidere?

La scelta del tè non dovrebbe mai essere stressante. Purtroppo, la strategia di marketing della maggior parte delle aziende è quella di sommergere il mercato di proposte, creando un esempio reale del famoso dilemma psicologico noto come paradosso della scelta. Questo è il nome dato ai due fenomeni che si verificano quando ci si trova di fronte a un assortimento eccessivo. Innanzitutto, è meno probabile che la persona si senta soddisfatta della scelta effettuata, rimpiangendo o non riuscendo a godersi ciò che ha comprato (spesso definito rimorso dell'acquirente). Secondo, è molto più difficile riuscire a scegliere, rimanendo sostanzialmente paralizzati (spesso definito paradosso della scelta).

Presumendo che il paradosso sia fondato, è incomprensibile come una persona inesperta di tè possa sceglierne uno. Innanzitutto, questa dovrà decidere se vuole un tè verde, bianco, giallo, oolong, nero o fermentato. Quindi dovrà scegliere il tipo di tè. Vuole un tè verde cinese? Un tè verde giapponese? O un tè verde del Nuovo Mondo? Che Dio l'aiuti se vuole provare un tè verde cinese. Non solo dovrà orientarsi fra i nomi cinesi, ma dovrà anche sceglierne uno fra centinaia di tè verdi diversi. Buona fortuna!

A peggiorare il problema è il fatto che la maggior parte dei tè in vendita nei supermercati, e anche nella maggior parte dei negozi di tè, non sia nemmeno tè. Si tratta di tisane, infusi di erbe, bevande aromatiche, o tè aromatizzati di bassa qualità.

Ricordando tutto questo, ecco alcune regole facili e veloci da seguire per decidere quale tè provare:

Il paradosso della scelta è esemplificato al meglio nell'ormai famoso, ma sempre più contestato, esperimento effettuato dagli psicologi Mark Lepper e Sheena Iyengar. Lo psicologo Barry Schwartz, nel suo libro del 2004 *The Paradox of Choice*, racconta che i ricercatori avevano posizionato (in un negozio di prodotti tipici) un espositore con una fila di marmellate esotiche di qualità, dando ai clienti la possibilità di assaggiarne dei campioni, e regalando un buono sconto a chi ne acquistava un vasetto. In una situazione dello studio, era possibile assaggiare 6 varietà di marmellata. In un'altra, erano disponibili 24 varietà. In entrambi i casi, era possibile acquistare l'intera serie di 24 varietà. Il vasto assortimento di campioni attirava più persone al tavolo rispetto alla serie ridotta, sebbene in entrambi i casi i clienti assaggiassero in media lo stesso numero di marmellate. Al momento dell'acquisto, però, la differenza era enorme. Il 30% delle persone con la serie ridotta di marmellate ne acquistava un vasetto, mentre solo il 3% dei clienti con la serie più numerosa ne acquistava uno.

IL TÈ È UN PRODOTTO AGRICOLO

Ricordate sempre che il tè è un prodotto agricolo. E come per tutti i prodotti agricoli, alcune stagioni sono più indicate di altre per il consumo dei vari tè. I tè verdi, bianchi e gialli hanno tutti una breve durata di conservazione. Anche in condizioni ideali, questi dovrebbero essere consumati entro tre o quattro mesi dalla lavorazione. Poiché la maggior parte dei tè classici viene raccolta e prodotta all'inizio della primavera, questi tipi di tè sono ideali per il consumo primaverile ed estivo. In altre parole, se desiderate provare un delizioso tè verde, sarà meglio non cercarlo a febbraio!



STAGIONALITÀ DEL TÈ

La produzione di tè dipende dalle condizioni annuali di coltivazione (le foglie non possono essere raccolte finché non c'è il tempo adatto e le piante non mostrano una crescita vigorosa), e ogni regione effettua la raccolta in stagioni diverse.

MARZO

Marzo è il mese in cui comincia solitamente la produzione del tè. I produttori di India e Nepal iniziano a raccogliere le foglie del tè nero all'inizio del mese (primo raccolto), mentre quelli del tè verde cominciano a raccogliere alcuni dei loro tè migliori.

APRILE

Aprile è il mese più impegnato per la produzione di tè: la Cina lo suddivide in diversi periodi, a seconda del calendario lunare e delle piogge primaverili. Molti dei migliori tè cinesi vengono classificati in base alla raccolta delle foglie prima, durante o dopo questi eventi. La fine

di aprile e l'inizio di maggio segnano anche l'inizio del ciclo di raccolta per la maggior parte dei tè di Taiwan, Giappone e Corea.

MAGGIO

Alla fine della primavera, solitamente a maggio, i produttori di tè dell'Asia orientale spostano l'attenzione dai tè verdi e bianchi al tè nero. La tarda primavera è anche il periodo in cui i produttori iniziano a utilizzare le scorte di qualità inferiore per la produzione di tè profumati.

INIZIO ESTATE, AUTUNNO E INVERNO

All'inizio dell'estate, la produzione passa dai tè neri migliori e da quelli profumati agli oolong e al tè nero di qualità inferiore. Nella Cina sud-orientale e a Taiwan comincia la produzione di vari oolong. Infine, a metà inverno, le regioni dello Sri Lanka iniziano a produrre il tè nero di Ceylon, mentre la Cina sud-occidentale comincia la raccolta per la produzione di vari tè verdi e neri.

La produzione del tè nero di Ceylon dello Sri Lanka è diversa da tutte le altre, poiché dipende dalle piogge monsoniche. A complicare ulteriormente il ciclo è il fatto che non tutte le isole ricevano queste piogge nello stesso periodo. In generale, la produzione del tè comincia dopo le piogge monsoniche, talvolta a luglio o agosto, e continua nei mesi autunnali (sebbene esistano regioni che non raccolgono il tè fino all'inverno).

PROCEDIMENTO PER LA PREPARAZIONE DEL TÈ

Indipendentemente dal fatto che dobbiate praticare una cerimonia del tè giapponese, servire il tè in un ristorante, o preparare il migliore oolong Da Hong Pao cinese, il procedimento di infusione sarà in genere lo stesso. La sezione seguente esamina i passaggi, gli utensili e le questioni che dovrete prendere in considerazione per cercare di valorizzare la qualità e il sapore del tè.



1.



2.



3.



5.



4.

GUIDA RAPIDA

Di seguito, troverete cinque passaggi semplici e rapidi da seguire per valorizzare il sapore del tè.

1.

RISCALDAMENTO DEI CONTENITORI

Prima di cominciare, riscaldate tutti i contenitori, sia quelli per l'infusione che quelli per bere il tè. Questo non serve solo a lavare i recipienti, ma anche a riscaldarli, in modo che la temperatura dell'acqua non diminuisca troppo quando la versate nella teiera per l'infusione o quando versate il tè nelle tazze.

2.

AGGIUNTA DELLE FOGLIE

Valutate se preferite mettere le foglie di tè nella teiera con le mani, un cucchiaino o un utensile speciale. Assicuratevi di avere gli strumenti a disposizione.

3.

LAVAGGIO

Versate l'acqua sulle foglie e poi gettatela subito via. Il lavaggio delle foglie non serve solo a pulirle, ma permette anche di iniziare a farle srotolare, per trarre il massimo dall'infusione. Si consiglia di versare il liquido del lavaggio iniziale nelle tazze (e poi versarlo via). Questo le terrà calde e garantirà inoltre che acquisiscano il profumo e il sapore del tè che state preparando.

4.

INFUSIONE

Dopo il lavaggio, versate l'acqua calda sulle foglie e cominciate il processo di infusione. Se utilizzate un contenitore con coperchio, potete versare dell'acqua calda all'esterno del recipiente, per tenerlo caldo ed evitare che la temperatura diminuisca mentre le foglie sono in infusione.

5.

TRAVASO

Dopo aver terminato l'infusione per il tempo e alla temperatura desiderati, travasate il tè in un altro contenitore. Il travaso garantisce che il liquido sia omogeneo e che abbia lo stesso sapore in tutte le tazze.



Se non riuscite a procurarvi tutti gli ingredienti necessari, potete comunque preparare un delizioso masala chai. Gli ingredienti più importanti, oltre a latte, acqua e tè, sono il cardamomo, la cannella e i chiodi di garofano. Queste tre spezie costituiscono il miscuglio di base per quasi tutte le ricette di masala chai, e possono essere utilizzate nelle quantità indicate, senza l'aggiunta di altre spezie, per preparare un tè di qualità.

TÈ SPEZIATO INDIANO

Di recente, il mondo ha cominciato innegabilmente ad apprezzare il sapore del tè speziato al latte dell'Asia meridionale chiamato "masala chai" (spesso denominato in maniera ridondante "tè masala chai"). Il fenomeno è notevole, considerando che gli stessi abitanti del subcontinente indiano bevono tè solo da circa cento anni. Eppure, nonostante la loro storia di consumatori sia relativamente breve, gli abitanti dell'Asia meridionale, proprio come chiunque altro al mondo, hanno integrato il tè nella loro cultura unica. In effetti, il tè è così importante per questa cultura che è impossibile parlare dell'una senza nominare l'altro. Per quanto possiate domandare in tutta l'Asia meridionale, ognuno ha la propria convinzione irrazionalmente forte su chi prepari il migliore masala chai: la risposta è sempre la mamma!

Per questo, uno dei vantaggi dell'essere entrato a far parte di una famiglia dell'Asia meridionale è quello di aver raccolto le ricette e le tecniche personali dei familiari di mia moglie per la preparazione del masala chai. La ricetta seguente costituisce un insieme di ricette e tecniche della mia famiglia, raccolte negli anni durante vari viaggi in India, guidato dal mio bisogno incessante di nascondermi nelle cucine e prendere appunti sul metodo di preparazione del masala chai perfetto.

Portate a ebollizione acqua, latte, capsule di cardamomo, grani di pepe, bastoncino di cannella, semi di finocchio, chiodi di garofano, anice stellato e zenzero fresco in una pentola media. Abbassate la fiamma e lasciate sobbollire per 2-3 minuti, o fino a raggiungere il sapore desiderato. Togliete la pentola dal fuoco e aggiungete il tè nero. Lasciate in infusione per 3-4 minuti. Filtrate il masala chai in una pentola pulita o in quattro tazze, e aggiungete zucchero o miele a piacere.

TECNICA

Dopo aver lasciato il tè in infusione e aggiunto lo zucchero, faccio bollire il masala chai quattro volte; occorre attenzione, perché il tè tende a traboccare. Quando bolle, lo tolgo dal fuoco, lascio ridurre la schiuma, e ripeto l'operazione per tre volte. Questo fa caramellare lo zucchero e conferisce un buon sapore alla bevanda. Travaso anche il masala chai da una pentola all'altra da un'altezza di 60-90 cm. Così facendo quattro o cinque volte, non solo raffreddo il tè, ma lo faccio anche aerare per conferirgli un sapore più intenso.

PER DUE
PERSONE

INGREDIENTI

2 tazze (475 ml) d'acqua

2 tazze (475 ml) di latte

6-8 capsule di
cardamomo tritato

8-10 grani di pepe nero

1 bastoncino di cannella
spezzato

1 cucchiaino di semi
di finocchio

1 cucchiaino di chiodi
di garofano

1 anice stellato

1 cucchiaino di zenzero
fresco grattugiato
finemente

4 cucchiaini (8 g) di tè
nero sfuso (Assam)

Zucchero o miele
(a piacere)

Per trovare gli ingredienti necessari, prendete in considerazione un negozio locale indiano, pakistano o del Bangladesh. Questi negozi avranno tutte le spezie che vi occorrono a prezzi molto ragionevoli. In effetti, dopo aver acquistato il, potreste chiedervi perché prima abbiate comprato le spezie altrove!