

SHANTHI



Teekarte



Ayurveda Küche & Ayurveda Tee

Kaiserstr. 16 • 90763 Fürth • Tel.: 0911 / 7664 1588
www.shanthi-restaurant.de • info@shanthi-restaurant.de



AYUBOWAN / SWADEE

Willkommen in der Welt der Teezeremonie

Tauchen Sie mit Shanthi ein in die wunderbare Welt des Tees. Lassen Sie sich von unseren einzigartigen Tee-Kreationen verführen und genießen Sie den feinen Duft und den aromatischen Geschmack der Teeblätter. In Sri Lanka hat Tee einen sehr hohen Stellenwert und er wird zu jeder Gelegenheit und Tageszeit serviert. Von der Anpflanzung auf den Plantagen in Ceylon, über die Pflückung bis zum Aufguss - Tee wird gelebt und erlebt und ist aus dem Alltag nicht mehr weg zu denken. Vielen Teesorten werden heilende und gesundheitsfördernde Eigenschaften nachgesagt. Wir bieten eine Selektion aus grünen-, schwarzen- sowie den legendären und traditionellen Ayurveda Tees in ihren höchsten Qualitätsstufen. Probieren Sie, wie wohltuend anregend und entspannend die Blätter auf Sie wirken! Den Genießer unter Ihnen bieten wir auch "Kännchen mit traditionellen kleinen Trinkschälchen" für Ihre eigene Teezeremonie. Diese ausgedehnte Form des Tee Genusses ist Ausdruck der Würdigung und der Wertschätzung dieses wunderbaren Getränks! Wir wünschen viel Vergnügen!



Always Tea Time

0.3 l: 3,90 € / 1.0 l: 6,90 €

BIO Schwarzer Tee "Ceylon Uva Highlands FBOP"

Geschmack: ergiebig, voll, bekömmlich

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: unter 2 Minuten.

Zutaten: Schwarzer Tee aus kontrolliert biologischem Anbau in Sri Lanka (Ceylon).

BIO Grüner Tee "Sencha Lemon"

Geschmack: spritzig, frisch

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: 3-4 Minuten.

Zutaten: Grüner Tee aus China und Zitronenschale, natürliches Aroma.

Zutaten aus kontrolliert biologischem Anbau.

Ayurveda Typologie

Die Grundlagen des Ayurveda ist eine Kombination aus Erfahrungswerten und Philosophie, die sich auf die für menschliche Gesundheit und Krankheit wichtigen physischen, mentalen, emotionalen und spirituellen Aspekte konzentriert. Dadurch hat Ayurveda einen ganzheitlichen Anspruch. In der Typologie spricht man von unterschiedlichen Temperamenten oder Lebensenergien, den sog. Doshas:

- **Vata**

das Bewegungsprinzip (Wind, Luft und Äther Pneuma).

- **Pitta**

das Feuer- bzw. Stoffwechselprinzip (Feuer und Wasser, Chole).

- **Kapha**

das Strukturprinzip (Erde und Wasser, Phlegma).

Dosha bedeutet wörtlich übersetzt "(den Körper) beeinflussende Faktoren", vereinfacht "Bioenergien". Diese kommen nach ayurvedischer Vorstellung in jedem Organismus vor. Dabei dominieren meist ein oder zwei Doshas, seltener alle drei. In einem gesunden Organismus sollten sich diese "Energien" oder "Temperamente" in einem harmonischen Gleichgewicht befinden. Der Mensch ist ein Sammelsurium aus den drei Doshas, den sieben Basisstoffen (Rasa, Rakta, Mansa, Meda, Asthi, Majja und Shukra) und den Abfallstoffen des Körpers.

Das Leben ist eine Einheit von Körper, Sinnen, Verstand und Seele.

Ayurveda Drei Doshas - Tea

0.3 l: 3,90 € / 1.0 l: 6,90 €

Ayurveda-Tee "Vata"

Geschmack: lieblich, weich, mild

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: 4-5 Minuten.

Zutaten*: Koriander, Süßholz, Cassia, Ingwer, Anis, Kornblumen

Ayurveda-Tee "Pitta"

Geschmack: erfrischend, aromatisch

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: 4-5 Minuten.

Zutaten*: Zitronengras, Pfefferminze, Kardamon, Süßholz, Hagebutte, Orangenschalen, Ingwer, roter Pfeffer

Ayurveda-Tee "Kapha"

Geschmack: prickelnd, würzig

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: 4-5 Minuten.

Zutaten*: Ingwer, Brennessel, Fenchel, Koriander, schwarzer Pfeffer, Zitronenmelisse, Schokoschale, Kardamon

* Zutaten aus kontrolliert biologischem Anbau



Ayurvedischer Kräutertee, aromatisiert



0.3 l: 3,90 € / 1.0 l: 6,90 €

Abendruhe natürlich mit Mandarine-Geschmack

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: 5-6 Min.

Zutaten: Apfelstücke, Heidelbeerblätter, Ingwerstücke, Orangenschalen (10%), Zimtrinde, Weißdornblätter, Johanniskraut, Kamillenblüten, Orangenblüten, Passionsblumenkraut, Baldrianwurzel, natürliches Aroma, Kardamon

Frauentraum mit Orangen-Geschmack

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: 5-6 Min.

Zutaten: Apfelstücke, Orangenschalen (12%), Rooibos, Ingwerstücke, Zimtrinde, Himbeerblätter, Fenchel, Kamillenblüten, Frauenmantelkraut, Nelken, Johanniskraut, Kardamon, natürliches Aroma, schwarzer Pfeffer, Wacholderbeeren, Gänsefingerkraut

Männertraum mit Ingwer-Ginseng-Geschmack

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: 5-6 Min.

Zutaten: Apfelstücke, Rooibos, Ingwerstücke (10%), Bohnenschalen, Zimtrinde, Mistelkraut, Lemongras, Johanniskraut, Aroma, schwarzer Pfeffer, Nelken, Kardamon, Ginseng Wurzel (1%), Zitronenschalen

Ayurvedischer Kräutertee, aromatisiert

0.3 l: 3,90 € / 1.0 l: 6,90 €

Regeneration mit Lemon-Geschmack

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: 5-6 Min.

Zutaten: Apfelstücke, Hagebuttenschalen, Kamillenblüten, Zichorien Wurzel geröstet, Lemongras (10%), Himbeerblätter, Zimtrinde, Fenchel, Ingwerstücke, Nelken, Zitronenschalen (3%), Kardamon, natürliches Aroma

Glücklicher Augenblick mit Ingwer-Maracuja-Geschmack

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: 5-6 Min.

Zutaten: Koriander, Rooibos, Lemongras, Apfelstücke, Kamillenblüten, Weidenröschenkraut, Verbenaekraut, Orangenschalen, Ingwerstücke (5%), Weißdornbeeren, Zimtrinde, Brombeerblätter, natürliches Aroma, Melissenblätter, Kardamon, Maracujastücke, Kornblumenblüten, Malvenblüten

Tulsi Orange Ingwer mit Orange-Ingwer-Geschmack

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: 5-6 Min.

Zutaten: Tulsikraut (32,5%), Apfelstücke, Orangenschalen (13%), grüner Rooibos, Ingwerstücke (8%), natürliches Aroma, rosa Pfeffer, Kardamon, Zimtrinde

Terra Thé Tulsi Harmonie mit Pfirsich-Geschmack

Zubereitungsempfehlung: 4-5 TL (10-15g) pro 1 L Wasser (100°C), Ziehzeit: 5-6 Min.

Zutaten: Tulsikraut (38%), grüner Rooibos, Ingwerstücke, Zimtrinde, Verbenaekraut, Kamillenblüten, Aroma, Lavendelblüten, Rosenknospen

SHANTHI



Sri-Lankische & Thailändische Küche

Kaiserstr. 16 • 90763 Fürth • Tel.: 0911 7664 1588

www.shanthi-restaurant.de • info@shanthi-restaurant.de

