

Was ist Matcha?



Matcha ist ein fein gemahlene Pulver aus speziell angebautem und verarbeitetem Grüntee. Es stammt aus Japan und wird traditionell in der Teezeremonie verwendet. Im Gegensatz zu normalem Grüntee, bei dem nur der Aufguss getrunken wird, konsumiert man beim Matcha das ganze Teeblatt in Pulverform, was ihn besonders reich an Nährstoffen macht. Bei der Produktion von Matcha werden also nur die Verstrebenungen des Blattes zurückgelassen.

Matcha enthält Antioxidantien, Vitamine, Mineralstoffe und Koffein, was für einen anhaltenden Energieboost sorgt, ohne die typischen Nebenwirkungen wie Nervosität. Er hat einen leicht herben Geschmack mit einer süßlichen Note und wird oft in Getränken, Desserts und anderen Rezepten verwendet.