
Subject: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [hairfighter](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:31:47 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, ich habe mir letztens mal eine Grüne Tee Packung gekauft.

Nur ist der sowas von gräßlig, das ich ihn nicht herunterbekomme.

Mich hebt es die ganz Zeit

Gibts da irgendwelche Zutaten wie ich das runterbekomme.

Habe mir vorgenommen so einen Liter zu Trinken. Schaffe aber nichtmal ein Tasse

Trinkt ihr den kalt???????????????

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:37:01 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

es kommt sehr darauf an, wie lange du ihn ziehen lässt, je länger, desto bitterer...dann hängt das noch mit dem teein zusammen; ausserdem nicht mit kochendem wasser aufgiessen, je heisser, desto bitterer usw

wenn er dir nicht schmecht, trinke ihn nicht, sondern such dir einen, der dir zusagt, zB weisser tee...der ist im prinzip sogar noch hochwertiger

sich zu zwingen, ist meistens nie besonders geschickt

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [Figaro03](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:43:09 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hehe LOL

du, da gewöhnt man sich daran, wirklich! Ich weiß zwar echt nicht, warum die Japaner das freiwillig trinken ohne dabei an ihre Haare oder Gesundheit zu denken... aber irgendwann nach 1 Monat 3X grünem Tee am Tag, schmeckt er eigentlich nach NICHTS....

Bereite ihn dir so zu:

Nur 3 Minuten ziehen lassen und nur 70 C heißes WAsser darüber gießen. So soll er eigentlich auch gemacht werden.

Ich weiß nur nicht wieso. Meiner zieht als immer bis zu 15 Minuten bei 100 C heißem Wasser. Wenn mir einer die Sache mit dem Ziehen erklären könnte, würds mich freuen.

Und falls du ihn am Anfang gar nicht runter kriegst, benutze eine Marocko-Tee-Mischung. Das ist mit Minze und schmeckt wirklich gut.

PS:

noch eine Lösung: Es gibt Grüntee-Extrakte. Die kosten nicht viel mehr als der grüne Tee selbst und man nimmt mit einer Kapsel soviel Tee bei 3-5 Tassen zu sich.

Dann hilft dir das ganze aber nichts gegen Karies und Zahnkrankheiten. Der Tee tut das nämlich auch.

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [Figaro03](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:45:00 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und Übrigens:

Erwarte nicht zuviel, was Haare angeht. Ich trinke den jetzt seit 4 Monaten. Ohne Fin fallen die Haare trotzdem aus, ich habe es ausprobiert. Der grüne Tee alleine macht also keine Wunder!

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:48:00 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ausserdem verhindern die kapseln teilweise die aufnahme anderer substanzen...

man sollte ihn nicht zu lange ziehen lassen, weil er sonst bitter schmeckt...je länger du ihn ziehen lässt, desto weniger teein entfaltet sich - meintest du das?

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:49:04 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Figaro03 schrieb am Mon, 05 Juni 2006 15:45 Und Übrigens:

Erwarte nicht zuviel, was Haare angeht. Ich trinke den jetzt seit 4 Monaten. Ohne Fin fallen die Haare trotzdem aus, ich habe es ausprobiert. Der grüne Tee alleine macht also keine Wunder!

wenn du ausserdem die studie mit den mäusen meinst, dann ging es dort um eine topische anwendung

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [Figaro03](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:51:03 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja, wahrscheinlich das mit dem Teein..
das er bitter schmeckt ist mir egal.

Aber erkläre mir das mal mit dem TEein. Warum soll sich das nicht entfalten, wenn er länger zieht? Was passiert da?

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????
Posted by [Figaro03](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:52:21 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nene, die Mäuse haben das Extrakt in ihr Trinkwasser gekriegt...

mom
Hier:

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve∓db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=16173333&itool=iconabstr&query_hl=9&itool=pubmed_docsum

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????
Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:52:59 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Figaro03 schrieb am Mon, 05 Juni 2006 15:51ja, wahrscheinlich das mit dem Teein..
das er bitter schmeckt ist mir egal.

Aber erkläre mir das mal mit dem TEein. Warum soll sich das nicht entfalten, wenn er länger zieht? Was passiert da?

Die Gerbstoffe binden nach einer gewissen zeit das koffein...deswegen dann auch die beruhigendere wirkung

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????
Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:55:21 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

stimmt, danke figaro

die frage ist nur, inwiefern man das auf den menschen übertragen kann
ich hatte die ganze zeit irgendeine mit einer topischen anwendung in erinnerung....

Subject: SEhr gute Beschreibung über grüner Tee
Posted by [Figaro03](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:55:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:

Über das korrekte Aufbrühen Grünen, Weissen und Oolong Tees lassen sich sicher wissenschaftliche Abhandlungen schreiben, doch soweit braucht man es nicht notwendigerweise zu treiben. Einfache Grundregel: Die Dosierung sollte nicht zu hoch angesetzt werden, 1g je 100ml ist in jedem Fall ausreichend. Auch sollte man beherzigen, dass diese Tees mit einer Wassertemperatur zwischen 70 und 80 Grad aufgebrüht werden sollten. Wird kochendes Wasser verwendet, werden diese Sorten leicht bitter und verlieren ihr feines Aroma.

http://www.frischertee.de/chaplon_t01.aspx?page=school

Schau, da geht es auch nur um den Geschmack.

Ja schon, das mit den Gerbstoffen weiß ich. Aber ich will ja gar kein Koffein.... Die Gerbstoffe sind doch das gute, wenn ich nicht irre. Und je länger er zieht, umso mehr GERbstoffe, umso besser...

So hätte ich es jetzt gesagt...

Subject: Re: SEhr gute Beschreibung über grüner Tee
Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:58:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Figaro03 schrieb am Mon, 05 Juni 2006 15:55Zitat:

Über das korrekte Aufbrühen Grünen, Weissen und Oolong Tees lassen sich sicher wissenschaftliche Abhandlungen schreiben, doch soweit braucht man es nicht notwendigerweise zu treiben. Einfache Grundregel: Die Dosierung sollte nicht zu hoch angesetzt werden, 1g je 100ml ist in jedem Fall ausreichend. Auch sollte man beherzigen, dass diese Tees mit einer Wassertemperatur zwischen 70 und 80 Grad aufgebrüht werden sollten. Wird kochendes Wasser verwendet, werden diese Sorten leicht bitter und verlieren ihr feines Aroma.

http://www.frischertee.de/chaplon_t01.aspx?page=school

Schau, da geht es auch nur um den Geschmack.

Ja schon, das mit den Gerbstoffen weiß ich. Aber ich will ja gar kein Koffein.... Die Gerbstoffe sind doch das gute, wenn ich nicht irre. Und je länger er zieht, umso mehr GERbstoffe, umso besser...

So hätte ich es jetzt gesagt...

du hast doch gefragt, wie das mit dem Teein aussieht...daher meine antwort
wenn du kein teein willst, dann lass ihn länger ziehen...er wird eben bitter schmecken

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [hairfighter](#) on Mon, 05 Jun 2006 13:59:14 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke Jungs, ich werde es mal so testen, wenn nicht, dann gibts Eis Tea

Das der Tee alleine nicht wirkt ist mir schon klar, aber schaden kann er nicht, eher ein winzigen aber nur winzig winzig kleinen Teil gegen Haarausfall beitragen. Aber nur winzig

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [Figaro03](#) on Mon, 05 Jun 2006 14:00:03 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja, das gab es auch.

War irgendwas mit topischer Anwendung beim Menschen sogar ,wenn ich nicht irre.

Hier ist was mit topischer Wirkung gegen alternde Haut. Sogar doppelblind

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve∓db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=16029678&itool=iconabstr&query_hl=15&itool=pubmed_docsum

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 05 Jun 2006 14:00:25 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hairfighter schrieb am Mon, 05 Juni 2006 15:59Danke Jungs, ich werde es mal so testen, wenn nicht, dann gibts Eis Tea

Das der Tee alleine nicht wirkt ist mir schon klar, aber schaden kann er nicht, eher ein winzigen aber nur winzig winzig kleinen Teil gegen Haarausfall beitragen. Aber nur winzig

er macht eben sonst auch "viele viele feine sachen"- zitat tino, ich finde das so genial

Subject: Re: SEhr gute Beschreibung über grüner Tee

Posted by [Figaro03](#) on Mon, 05 Jun 2006 14:04:00 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ah so...

Ich wusste bisher nicht, dass Teein= Koffein...

Und Teein hat keine Vorteile für Haare?

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [tino](#) on Mon, 05 Jun 2006 14:12:17 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

regimen for 8 weeks

Die Studiendauer war zu kurz,..nur die chronische Zufuhr bringt was.

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [matti](#) on Mon, 05 Jun 2006 20:09:32 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Figaro03 schrieb am Mon, 05 Juni 2006 15:43hehe LOL

du, da gewöhnt man sich daran, wirklich! Ich weiß zwar echt nicht, warum die Japaner das freiwillig trinken ohne dabei an ihre Haare oder Gesundheit zu denken... aber irgendwann nach 1 Monat 3X grünem Tee am Tag, schmeckt er eigentlich nach NICHTS....

Kann ich nur zustimmen.

Am Anfang hätte man das Zeug am liebsten in den Abfluss gegossen, aber jetzt hab ich mich schon daran gewöhnt.

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [kaya](#) on Wed, 07 Jun 2006 05:03:04 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lol, ihr habt probleme. versucht mal l-arginin pulver in wasser gelöst runterzubekommen

Subject: Re: Wie schafft ihr es, diesen Grünen Tee zu schlucken????

Posted by [frühaufsteher78](#) on Wed, 07 Jun 2006 06:33:46 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Keine Ahnung, was du für eine Sorte verwendest, aber mir schmeckt meiner richtig. Ich trinke den nun schon seit zig Jahren, aber nicht wegen der evtl. positiven Wirkung des HA.

Subject: Fluor und grüner Tee

Posted by [fiebius](#) on Fri, 09 Jun 2006 09:06:04 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Weshalb sollte in Grüntee-Extrakt-Kapseln kein Fluor enthalten sein???
