



Rooibostee enthält im Gegensatz zu Tee vom [Teestrauch](https://de.wikipedia.org/wiki/Tee_%28Pflanze%29) (*Camellia sinensis*) **kein** [Koffein](https://de.wikipedia.org/wiki/Koffein) und wenig an [Gerbstoffen](https://de.wikipedia.org/wiki/Gerbstoffe), wodurch eventuelle negative Folgen wie bitterer Geschmack oder Schlaflosigkeit nicht auftreten.

## Bildergebnis für kardamomkapseln

## Herkunft

Kardamom stammt ursprünglich aus Süd[indien](https://de.wikipedia.org/wiki/Indien), [Sri Lanka](https://de.wikipedia.org/wiki/Sri_Lanka), [Irak](https://de.wikipedia.org/wiki/Irak) und [Thailand](https://de.wikipedia.org/wiki/Thailand). Ein großes Exportland ist heute auch [Guatemala](https://de.wikipedia.org/wiki/Guatemala), weitere Anbauländer sind [Tansania](https://de.wikipedia.org/wiki/Tansania), [Madagaskar](https://de.wikipedia.org/wiki/Madagaskar), [Papua-Neuguinea](https://de.wikipedia.org/wiki/Papua-Neuguinea) und [Vietnam](https://de.wikipedia.org/wiki/Vietnam).