

Die japanische Küche

Mit wichtigen Originalzutaten und über 200 Rezepten

FONA

Inhalt

Teil 1: Einleitung 6–23

- Am Anfang 6
- Reis: Die Seele Japans 8
- Die Geschichte des Salzes: Der Geschmack Japans 10
- Die Einführung des Buddhismus 12
- Die Heian-Zeit: Das Zeitalter der Verfeinerung 13
- Sake: Nektar aus Reis 14
- Das Mittelalter 16
 - Die Einführung des Zen-Buddhismus 16
 - Die Einführung der Tee-Zeremonie 17
 - Die Entstehung von *kaiseki ryori* 18
 - Die Ankunft des Christentums 18
- Die Edo-Zeit: Das Zeitalter der Feudalherrschaft 19
 - Die Nudel-Kultur 19
 - Die Auswirkungen der Isolation 20
- Sushi – beliebtestes Nationalgericht 21
- Die Meiji-Restauration: Zeitalter der Modernisierung 22
- Japans Küche heute: Nahrung zum Denken 23

Teil 2: Die Zutaten 24–233

- Reis – Bohnen 24
- Nudeln 40
- Gemüse 58
- Pilze 96
- Tofu – Tofuprodukte 108
- Seetang – Seetangprodukte 118
- Fische – Schalthiere 130
- Fischrogen – Fischprodukte – Fischpasten 162
- Fleisch – Geflügel 172
- Aus dem Vorrat 180
- Früchte – Nüsse 190
- Kräuter – Gewürze 200
- Saucen – Würzmittel 214
- Getränke – Süßspeisen 226

Rezeptverzeichnis/Register 234