



## Tohoku – Esskultur, regionale Produkte, Feste Die japanische Esskultur

# Tohoku – Esskultur, regionale Produkte, Feste

Am 11. März 2013 jährte sich das schwere Erdbeben in der Region Tohoku in Japan zum zweiten Mal. Die vom Erdbeben und dem nachfolgenden Tsunami sowie dem Unfall im Atomkraftwerk Fukushima Daiichi am schwersten betroffenen Gebiete liegen in den Präfekturen Iwate, Miyagi und Fukushima. In der schwierigen Phase nach der größten Naturkatastrophe in der Geschichte Japans nach dem Zweiten Weltkrieg erhielt das Land Unterstützung und Aufmunterung aus aller Welt, die den Menschen in der Region Mut auf dem Weg zum Wiederaufbau gemacht haben.

## Präfektur Iwate

Iwate, die nach Hokkaido zweitgrößte Präfektur Japans, weist zahlreiche beliebte Tourismusregionen auf, wie etwa den Hachimantai-Nationalpark, den Rikuchu-Kaigan-Nationalpark, die UNESCO-Weltkulturerbestätte „Hiraizumi – Tempel, Gärten und archäologische Stätten“ sowie die für das *Tono Monogatari* (Geschichten aus Tono) bekannte Stadt Tono. Zu den Genüssen einer Reise in diese Regionen zählt auch die Verkostung traditioneller regionaler Gerichte, darunter „Wanko-soba“ und „Reimen aus Morioka“, die man unbedingt probieren sollte.



Wanko-soba (© Iwate Prefecture Tourist Association)

Bei „Wanko-soba“ wird eine mundgerechte Portion Soba (Buchweizennudeln) in ein Lackschälchen gegeben und es zählt zu den beliebten Herausforderungen, auch für Touristen, wie viele Portionen man schafft. Der Preis bleibt, unabhängig von der verzehrten Menge, gleich und es kommt gar nicht so selten vor, dass ein Gast mehr als 100 Portionen isst. Bei „Morioka Reimen“ handelt es sich um Nudeln, die vom asiatischen Festland nach Iwate gekommen sind. Sie werden in kalter Suppe gemeinsam mit Äpfeln, Wassermelonen oder japanischen Birnen gegessen.



Morioka-Reimen (© Iwate Prefecture Tourist Association)

Aus Morioka stammen auch die Stoffe, die in der japanischen Schablonenfärbetechnik *Nambu Kodai Katazome* bedruckt werden. Die Technik, bei der mit Hilfe von Schablonen und Reservepaste das Muster entsteht, geht auf das 17. Jahrhundert zurück. Die gefärbten Produkte wurden ursprünglich von den Samurai benutzt. Heute noch werden Kimonostoffe, Taschen, Tücher und andere Produkte nach alten Vorlagen bedruckt.



Nambu Kodai Katazome

Von alters her ist die Präfektur Iwate für die Pferdezucht bekannt und auch heute noch erfreuen sich Pferde dort hoher Wertschätzung. So findet im Juni das Pferdefest Chagu Chagu Umako statt. Es wurde erstmals vor rund 200 Jahren für die Pferde, die beim Reispflanzen eingesetzt wurden, gefeiert. Rund 100 prächtig aufgezäumte und mit kleinen Glöckchen versehene Pferde werden in einem Umzug vom Sozen-jinja Schrein im Dorf Takizawa zum Hachiman-gu Schrein in Morioka geführt. Der Name „chagu chagu“ ist ein lautmalender Ausdruck für das Klingeln der Glöckchen.

## Präfektur Miyagi

An Iwate schließt südlich die Präfektur Miyagi an, die mit der Bucht von Matsushima über eine der drei schönsten Landschaften Japans verfügt. Die in der Bucht liegenden rund 260 Inseln haben Matsushima vor den Auswirkungen des Tsunami von 2011 weitgehend bewahrt, wurden selbst jedoch äußerst schwer in Mitleidenschaft gezogen.

Zu den Spezialitäten der Präfekturhauptstadt Sendai zählen „Gyutan-yaki“, Rinderzunge, die dünn geschnitten, über Holzkohlefeuer gegrillt und mit Salz bestreut gegessen wird, sowie „Hiyashi Chuka“, das in den 30er Jahren als sommerliches Menü seinen Anfang nahm. Seit dieser Zeit sind die kalten Nudeln mit unterschiedlicher Garnierung ein kulinarischer Dauerbrenner.



Gyutan-yaki (© Miyagi Prefecture)



Sendai Tanabata-Fest (© JNTO)



Hiyashi Chuka (© Miyagi Prefecture)

Ein typisches kunsthandwerkliches Produkt der Präfektur Miyagi sind *Kokeshi*-Puppen. Sie entstanden als Kinderspielzeug in der späten Edo-Zeit (1603-1868), heutzutage stellen sie Sammlerstücke für Erwachsene dar. Die Puppen sind aus Obstbaumholz, haben einen zylindrischen, gliederlosen Körper und einen rundovalen Kopf, der bei *Naruko Kokeshi*-Puppen nicht fixiert ist, sondern nur in den Körper gesteckt wird. Sie sind in einfachen Farben mit stilisierten Gesichtern und Haaren sowie Ornamenten bemalt.



Naruko Kokeshi-Puppen  
(© Miyagi Prefecture/© JNTO)

Das Tanabata-Fest in Sendai gehört zu den vier größten Festen der Region Tohoku. Es basiert auf der Legende vom Kuhhirten Kengyu (dem Stern Altair) und von Prinzessin Orihime (dem Stern Wega), einem Liebespaar, das durch die Milchstraße getrennt ist und sich nur einmal im Jahr am Abend des 7. Juli zu Tanabata treffen kann. In Sendai wird das Fest nach dem alten Mondkalender im August abgehalten. Die Dekoration zum Tanabata-Fest besteht aus verschiedenen Ornamenten aus Papier: bunten Papierstreifen, Kimonos, Kranichen, Geldbeuteln, Fangnetzen, Papierkörben und Wimpeln, die u.a. für Lernerfolg, Gesundheit, langes Leben, Geschäftserfolg, reichen Fischfang und gute Ernte stehen. Teil des Festes sind Paraden, Feuerwerk und Konzerte.

## Präfektur Fukushima

Mit Fukushima, der drittgrößten Präfektur Japans, ist der südlichste Teil Tohokus erreicht. Fukushima hat viele landschaftliche Schönheiten und mehr als 130 heiße Quellen zu bieten. Aufgrund der Reisproduktion und der hohen Wasserqualität zählt Fukushima zu den Gebieten, in denen Sake gebraut wird. Zu den bekannten Gerichten der Präfektur gehört „Anko-nabe“, ein Eintopfgericht, in dem alle Teile des Seeteufels verarbeitet werden und das mit einer Paste aus Seeteufelleber und Miso (Sojabohnenpaste) gewürzt wird.



Anko-nabe (© JNTO)

In der Region Aizu erfreut sich der *Okiagari-Koboshi* genannte Glücksbringer großer Beliebtheit. Das Püppchen wird aus Papiermaché hergestellt und bemalt. Ein Gewicht aus Holz sorgt dafür, dass es sich immer wieder aufrichtet, wenn es umgestoßen wird. Traditionellerweise wird je ein *Okiagari-Koboshi* pro Familienmitglied sowie ein zusätzliches Püppchen als Glücksbringer gekauft. Nach der schweren Erdbebenkatastrophe wurde das Püppchen zum Symbol dafür, nicht aufzugeben, sondern weiterzumachen und wieder aufzubauen.

Das Soma-Nomaioi-Fest, das zum wichtigen immateriellen Volkskulturgut zählt, nahm vor mehr als 1000 Jahren als Militärübung unter Taira no Masakado seinen Anfang. Ursprünglich versuchten voll gerüstete Samurai, freigelassene Pferde einzufangen. Heutzutage besteht das dreitägige, im Juli stattfindende Fest mit mehr als 500 Reitern in Samurai-Rüstung in der Region Soma aus einer Parade, einem Pferderennen und einem Wettstreit um Fahnen, die mittels Feuerwerk in die Luft geschossen werden.

(Quelle: [www.jnto.go.jp](http://www.jnto.go.jp))

# Die japanische Esskultur

In den letzten Jahren erlebt die japanische Küche einen weltweiten Boom. Die Gründe dafür sind mannigfaltig: zum einen gibt es viele kalorienarme Speisen wie Sushi, zum anderen hat die japanische Küche den Ruf, gesund zu sein. Der Schlüssel für den Erfolg dürfte jedoch auch darin liegen, dass das Essen hervorragend schmeckt und wunderbar anzusehen ist – das Auge isst bekanntlich mit. Neben Klassikern wie Sushi, Sashimi, Tempura oder Sukiyaki gibt es in ganz Japan regionale Spezialitäten, die köstlich schmecken und noch dazu nicht teuer sind. Auf den folgenden Seiten möchten wir einige dieser Köstlichkeiten, die außerhalb Japans wenig bekannt sind, vorstellen.

Die japanische Esskultur wird bestimmt durch die geografischen Gegebenheiten des Landes. Japan erstreckt sich in einem langen schmalen Bogen von 45°33' (Hokkaido) bis 20°25' (Okinoshima) nördlicher Breite. Dies entspräche in Europa in etwa einer Strecke von Venedig bis noch weiter südlich als die Kanarischen Inseln. Die geografische Vielfalt – von Gebieten mit strenger Kälte bis zu tropischen Gebieten, von Gegenden mit viel Schnee bis zu Gegenden, in denen nie Schnee fällt – bestimmt auch die Vielfalt der japanischen Küche. Japan ist in 47 Präfekturen eingeteilt, von denen jede ihre regionalen Spezialitäten kennt.

## Hokkaido

Hokkaido, Präfektur und nördlichste der vier Hauptinseln Japans zugleich, ist rundum vom Meer umgeben, weshalb Meeresprodukte den Speiseplan bestimmen. Besonders beliebt sind neben Fisch auch Krabben (Königskrabben, Eis-meerkrabben), die sowohl roh in Form von Sashimi als auch gekocht gegessen werden. Zu den beliebten Fleischspeisen zählt ein „Dschingis Khan“ genanntes Hammelfleischgericht, bei dem auf einer Grillplatte das Hammelfleisch gemeinsam mit Gemüse gebraten wird, bis das Gemüse das Fleischaroma angenommen hat. Eine weitere Spezialität Hokkaidos ist „Ika-somen“. In Europa isst man Tintenfisch (Ika) vorzugsweise gegrillt – eine Zubereitungsart, die man auch in Japan kennt. In Hokkaido hingegen wird ganz frischer Tintenfisch sehr fein aufgeschnitten, sodass er den Somen genannten Fadennudeln ähnlich sieht, und mit einer Brühe (Dashi) auf Sojasaucenbasis mit Ingwer oder Wasabi (japanischer Meerrettich) gegessen.



Ika-somen (© Sapporo Susukino Kitamaru)

## Region Tohoku

Die Region Tohoku umfasst die im Norden der Hauptinsel Honshu gelegenen Präfekturen Aomori, Iwate, Miyagi, Fukushima, Yamagata und Akita. Eine Spezialität von Akita ist „Kiritanpo“, wofür gekochter Reis leicht geknetet und auf Zedernholzspießchen gebraten und mit Miso (Paste aus vergorenen Sojabohnen) gegessen wird. Für die Variante „Kiritanpo-nabe“ wird „Kiritanpo“ in einem Topf mit Hühnerbrühe, der Sojasauce, Sake oder Ähnliches beigefügt wurde, gemeinsam mit Klettwurz, Hühnerfleisch, Maitake-Pilzen (Klapperschwamm), Lauch und japanischer Petersilie gekocht.



Kiritanpo (© Akita Prefecture/© JNTO)

## Region Koshinetsu

Die Region Koshinetsu liegt im Zentrum Japans und umfasst die Präfekturen Niigata, Nagano und Yamanashi. Die Präfektur Niigata liegt am Meer, ist sehr schneereich und für ihren Reis und Sake bekannt. Nagano und Yamanashi hingegen liegen in den so genannten japanischen Alpen mit strengen Wintern und heißen Sommern. Die Präfektur Nagano ist der Hauptproduzent von Soba (Buchweizennudeln). Diese typisch japanischen Nudeln werden üblicherweise in einer Suppe mit fein geschnittenem Lauch, geraspeltem Rettich, Wasabi (japanischer Meerrettich) usw. gegessen und eignen sich auch als Schonkost. Die Spezialität von Yamanashi ist ein „Houtou“ genannter Eintopf, der aus Weizennudeln und verschiedenen Gemüsesorten – im Sommer Lauch, Zwiebeln, Kartoffeln und im Winter Kürbis, Taro-Knollen, Karotten, Chinakohl und Pilzen – besteht. Aufgrund des hohen Gemüseanteils handelt es sich dabei um eine sehr gesunde Speise.



Soba (© Nagano Prefecture/© JNTO)

## Region Kanto

Die Region Kanto umfasst neben der Präfektur Tokyo die Präfekturen Ibaraki, Chiba, Gunma, Kanagawa, Saitama und Tochigi. Hier kann man, vor allem in Tokyo, im Überfluss regionale Spezialitäten aus ganz Japan und aller Welt genießen. In Tokyo gibt es sogar österreichische Restaurants. Selbstverständlich gibt es aber auch traditionelle regionale Spezialitäten, wie beispielsweise Sushi im Edo-Stil („Edomae-zushi“). Edo war der frühere Name Tokyos und in der Edo-Zeit (1603-1868) war eine typische Speise des einfachen Volkes Essigreis mit Fisch. So entstand Sushi im Edo-Stil, das als Vorbild für das weltweit beliebte Sushi dient. Beim Sushi im Edo-Stil war es jedoch erforderlich, aufgrund der mangelnden Kühlmöglichkeiten den rohen Fisch durch Einlegen in Sojasauce, Kochen oder andere Methoden zu verarbeiten. Hierin besteht der Unterschied zum heutigen Sushi mit rohem Fisch. Eine weitere Spezialität Tokyos ist „Monja-yaki“, das früher zur Jausenzeit gegessen wurde. Hierfür wird Weizenmehl mit Wasser verrührt, mit einer speziellen Sauce, Sojasauce, Pfeffer usw. gewürzt, nach Belieben mit Zutaten wie Tintenfisch, Nori (Purpurtang, Meerlattich) oder Garnelen vermischt und auf einer heißen Eisenplatte gebraten. „Monja-yaki“ ähnelt einer dünnen Pizza und ist bei allen beliebt.

## Region Hokuriku

Die Region Hokuriku wird von den Präfekturen Toyama, Ishikawa und Fukui gebildet. Aufgrund der Lage am Japanischen Meer steht sehr viel Fisch auf dem Speiseplan. Die Präfektur Ishikawa ist berühmt für ihre Lackwaren aus Wajima, die sich zum Anrichten japanischer Speisen im besonderen Maße eignen.



Lackwaren aus Wajima (© Ishikawa Prefecture)

## Region Tokai

Dies sind die Präfekturen Shizuoka, Aichi, Gifu und Mie. Shizuoka ist bekannt für seinen Aal, eine Spezialität ist „Kaba-yaki“, bei der der Aal nach dem Ausnehmen gedämpft und gebraten und mit einer speziellen Sauce gegessen wird. Aufgrund des hohen Nährwerts wird Aal besonders gerne gegen Ende Juli gegessen, denn seit alters her betrachten die Japaner Aal als hervorragende Speise für die Hundstage. Bekannt ist Shizuoka auch noch für „Oden“. Dieses Eintopfgericht aus Dashi-Brühe mit Sojasauce, Rettich, Chikuwa (eine Art Fischpastete), Konnyaku (ein Gelee aus der Konjakwurzel) und gekochtem Ei wird in ganz Japan gegessen, in Shizuoka gibt man jedoch auch Kuro-hanpen (eine Art Fischkuchen) hinzu und bestreut das Gericht vor dem Essen mit Sardinenflocken und getrocknetem grünen Seetang. Bekannt



Kaba-yaki

ist auch das Oden-Viertel mit vielen Restaurants, in denen man das ganze Jahr über Oden essen kann. Gifu wiederum ist für Ayu (Bachforelle) bekannt, die mit Salz gegrillt gegessen wird. Aus der Präfektur Mie stammt das Matsuzaka-Rind, eine der berühmten Wagyu-Rinderarten, folglich werden gerne Steaks und andere Rindfleischgerichte gegessen. Das typische Produkt der Präfektur Aichi sind Kishimen, breite, flache Weizennudeln.

## Region Kansai

Die Region Kansai umfasst die Präfekturen Osaka, Kyoto, Hyogo, Shiga, Nara und Wakayama. Da Kyoto in früheren Zeiten Regierungssitz war und eine wichtige Rolle in der japanischen Kultur spielte, ist es für die Küche des kaiserlichen Hofes bekannt. Daneben gibt es verschiedenste Varianten der gutbürgerlichen Küche. Aus der Präfektur Hyogo stammt das Kobe-Rind, in der Präfektur Shiga ist das Shiga-Rind beheimatet (beides Wagyu-Rinderarten). Kyoto ist bekannt für das Kyoto-Gemüse (eine Reihe alter Gemüsesorten, die in Kyoto angebaut werden) und einen Tofu-Eintopf namens „Yudofu“. Hierfür wird in einem Topf eine Dashi-Brühe aus Kombu (Riementang) zubereitet und Tofu (Sojabohnenquark) hinzugefügt. Da das Gericht nur aus Tofu, Wasser und Riementang besteht, spielt die Qualität des Tofu eine wichtige Rolle. Das beliebteste Mitbringsel aus Kyoto ist eine Süßigkeit namens „Yatsushashi“, die aus einem Teig aus Reismehl, Zucker, Zimt und Wasser gebacken wird. Es gibt auch eine ungebackene Variante von „Yatsushashi“. Die ausgeprägteste Esskultur in der Region Kansai hat Osaka mit preisgünstigen, köstlichen und kreativen Gerichten. Bekannt sind beispielsweise „Okonomi-yaki“ und das bei Jung und Alt beliebte Gericht „Tako-yaki“, gebratene Teigbällchen aus Weizenmehl, verschiedenen Gewürzen und Oktopus, die mit einer Sauce, Mayonnaise oder Bonitoflocken gegessen werden. Osaka ist ebenso bekannt für „Yaki-soba“ (gebratene Nudeln), „Kushikatsu“ (auf Spießchen frittiertes Fleisch und Gemüse) und für sein Gastronomieviertel, in dem all diese Gerichte angeboten werden.



Tako-yaki-Stand (© JNTO)

## Region Chugoku

Die Region Chugoku besteht aus den Präfekturen Tottori, Shimane, Okayama, Hiroshima und Yamaguchi. Aufgrund der Lage zwischen Japanischem Meer und Inlandsee sind Meeresprodukte in der Küche vorherrschend. Hiroshima ist beispielsweise berühmt für seine Austern, die einer relativ großen Gattung angehören und entweder roh gegessen oder gemeinsam mit verschiedenen Gemüsearten im Topf gekocht werden. Auch in Hiroshima wird „Okonomi-yaki“ (eine Art japanische Pizza) gegessen, das sich hinsichtlich Zutaten und Zubereitung jedoch vom „Okonomi-yaki“ aus Kansai unterscheidet, wobei sich trefflich streiten ließe, welche Variante denn nun besser schmeckt. Die Präfektur Yamaguchi wiederum ist für ihre Fugu-Gerichte (Kugelfisch) bekannt. Fugu ist hochgiftig und das Entfernen der giftigen Teile erfordert besondere Kenntnisse und Techniken sowie eine Lizenz. In Europa ist Fugu nicht erhältlich, in Japan hingegen wird er auf vielfältige Weise gegessen: Für „Fugu-sashi“ wird das Muskelfleisch hauchdünn aufgeschnitten, dekorativ angerichtet und mit geriebenem Rettich serviert. Eine besondere Delikatesse ist „Fugu-chiri“, ein Feuertopf-Gericht, für das das Fugufleisch, teilweise mit den Gräten, sowie Gemüse in Dashi-Brühe gekocht werden. Weiters wird Fugu auch ohne Panier frittiert gegessen oder als „Fugu-sake“ – getrocknete und leicht angebratene Fuguflossen werden in heißem Sake eingelegt – getrunken.



Okonomi-yaki nach Hiroshima-Art (© JNTO)

## Region Shikoku

Shikoku ist eine der vier japanischen Hauptinseln und umfasst die Präfekturen Kochi, Kagawa, Tokushima und Ehime. Auch hier dominiert Fisch den Speiseplan, so ist in Kochi „Sawachi ryori“ beliebt – Sashimi und Sushi werden hierfür auf großen Tellern dekorativ angerichtet. In ganz Japan bekannt sind auch die so genannten „Sanuki udon“, bissfeste Nudeln, die sich von Udon-Nudeln anderer Regionen unterscheiden und die mittlerweile in ganz Japan äußerst gerne gegessen werden.



Sawachi ryori (© JNTO)

## Region Kyushu

Kyushu ist eine weitere der vier japanischen Hauptinseln mit den Präfekturen Nagasaki, Fukuoka, Saga, Oita, Miyazaki, Kumamoto und Kagoshima. Kagoshima ist bekannt für den „Imojochu“ genannten Süßkartoffelschnaps. Aus der Präfektur Kagoshima stammt auch der größte Rettich der Welt: Der Sakurajima-Rettich wiegt bis zu 30 kg und hat einen Durchmesser von 40 bis 50 cm. 2003 schaffte es ein Sakurajima-Rettich mit 31,1 kg sogar in das Guinness-Buch der Rekorde. Üblicherweise wird er geraspelt oder gekocht gegessen. Ein schmackhaftes Gericht ist „Satsuma-age“, in Surimi – eine Masse aus zerkleinertem und geknetetem Fisch – eingewickelte Klettwurz oder Tintenfisch, die frittiert und mit Ingwer gewürzter Sojasauce gegessen werden. Die Präfektur Miyazaki ist für das Miyazaki-Rind, eine Wagyu-Rinderart, sowie in letzter Zeit für ihre hochwertigen Mangos in ganz Japan berühmt. Aus der Präfektur Nagasaki stammt Castella, ein flaumiger Kuchen, der durch die Portugiesen vor der Zeit der Abschließungspolitik 1639-1854 nach Japan gekommen ist (während dieser Zeit wurde mit den Holländern auf der Insel Dejima Handel betrieben). Das Wort Castella leitet sich von der spanischen Provinz Kastilien ab. In Japan wird der Kuchen auch gerne mit Schokolade oder Matcha (Grüntee-pulver) verfeinert. Fukuoka schließlich ist für „Mentaiko“ – mit Chili gewürzter Pollackrogen – berühmt, das entweder zu Sake oder gemeinsam mit Reis gegessen wird.



Mentaiko (© Fukuoka Convention & Visitors Bureau)

## Okinawa

Die Präfektur Okinawa ist Japans südlichste Inselgruppe mit einer ganz eigenen Esskultur. Okinawa ist bekannt dafür, dass die Menschen dort sehr alt werden, und die Küche besitzt den Ruf, sehr gesund zu sein. Anders als man vermuten könnte, steht nicht Fisch im Mittelpunkt des Speiseplans, sondern Schweinefleisch. Das bekannteste Schweinefleischgericht ist „Rafte“, auf der Zunge schmelzendes, zart gekochtes Bauchfleisch. Weiters werden auch gerne „Mimiga“ (Schweinsohr) oder „Tebichi“ (gekochte Schweinsfüße) gegessen. Diese Speisen enthalten Kollagen, das gut für die Haut ist. Ein beliebtes Gemüsegericht ist „Goya-Champuru“, hierfür werden die nur in Okinawa vorkommende Bittergurke (Goya), Tofu, Kohl und Papaya miteinander gebraten. Darüber hinaus werden natürlich auch Fisch und Meeresfrüchte gegessen, besonders interessant ist Seeschlange.



Bittergurke (© Okinawa Convention & Visitors Bureau/© JNTO)

## Ramen

Ramen sind sozusagen das Leibgericht der Japaner. So wie für einen Wiener das Leben ohne seine Semmel unvorstellbar wäre, so ist für einen Japaner das Leben ohne Ramen undenkbar. Es herrscht ein richtiggehender Ramenboom – und kein Ende in Sicht –, die Zahl der Bücher über Ramen ist unüberschaubar. Und einen Japaner, der Ramen nicht mag, wird man schwerlich finden. Jeder Japaner hat zu den Nudeln so seine eigenen Vorstellungen und könnte stundenlang über Ramen diskutieren. Fährt man also nach Japan und beabsichtigt, im Land Freundschaften zu schließen, ist es durchaus ratsam, sich zuerst über Ramen kundig zu machen. Man kann ohne Übertreibung sagen, dass Ramen den Japanern am Herzen liegen. Ramen kosten in Japan zwar nicht mehr als 5 bis 10 Euro, können es aber in Bezug auf den Enthusiasmus, der den Nudeln entgegengebracht wird, durchaus mit einem Hauptgang in einem 3-Sterne-Lokal aufnehmen.



Ramen (© Kagoshima Prefectural Tourist Federation/© JNTO)

So dürfen wir Ihnen nun kurz die grundlegenden Variationen von Ramen vorstellen. Ramen bestehen grundsätzlich

aus Suppe, Nudeln und weiteren Zutaten. Die Zahl der Variationsmöglichkeiten ist dabei unbegrenzt: Bei zehn verschiedenen Arten von Suppe, zehn Arten von Nudeln und zehn Arten von weiteren Zutaten käme man alleine schon auf 1000 Variationen von Ramen. Im Gegensatz zu einem Wiener Schnitzel oder einem Tafelspitz beispielsweise gibt es bei Ramen nicht die eine festgelegte Variante. In eine Sachertorte kommt in jedem Fall Marillenmarmelade, sonst handelt es sich nicht um eine Sachertorte. Wollte man einen Vergleich mit Ramen anstellen, wäre – ganz nach Geschmack – auch eine Sachertorte mit Erdbeermarmelade oder Zitronengelee denkbar und die Bezeichnung Sachertorte träfe auch in diesen Fällen noch zu. In Japan gibt es tausende Ramen-Lokale, wo man hingeht, um diese oder jene schmackhafte Ramen-Variante zu essen.

Zunächst zur Suppe: Bei der Suppe handelt es sich entweder um Fischsuppe mit Bonitoflocken und Rientang, um Hühnersuppe oder um Schweinssuppe bzw. je nach Vorliebe auch um eine Kombination aus diesen Arten. Dazu fügt man dann entweder Salz, Sojasauce oder Miso (Paste aus vergorenen Sojabohnen) hinzu.



Miso-ramen (© Hokkaido Tourism Organization/© JNTO)

Hauptbestandteil der Nudeln ist Weizenmehl, es gibt jedoch je nach Dicke und Härte der Nudeln und nach Beimengungen zum Weizenmehl (z.B. Ei oder Buchweizenmehl) unterschiedliche Arten. Üblicherweise werden die Nudeln in die Suppe gegeben und man isst Ramen dann wie eine Nudelsuppe. Es gibt jedoch auch andere Varianten, z.B. Tsukemen (die Nudeln werden in Suppe, die sich getrennt in einer kleinen Schüssel befindet, eingetaucht und dann gegessen) oder Abura-soba (diese werden ohne Suppe, nur mit Öl gegessen).

Als weitere Zutaten werden Cha Shao (gegrilltes Schweinefleisch), Ei, Lauch, chinesische Bambussprossen, Wakame (Riesenblättertang), Spinat, Nori (Purpurtang, Meerlattich), verschiedene Gemüsesorten oder Butter verwendet, um nur einige wenige Beispiele anzuführen. Cha Shao, Ei, chinesische Bambussprossen und Lauch zählen jedoch zu den Grundzutaten.

Ramen muss man ganz einfach ausprobiert haben, wenn es um japanische Küche geht. Für zu Hause gibt es auch unzählige Sorten von Instant-Ramen, die man nur mehr mit heißem Wasser übergießen oder kochen muss. In Japan werden jährlich rund 5,3 Milliarden Packungen produziert, das entspricht einem Pro-Kopf-Verbrauch von rund 40 Portionen im Jahr.

*Kenichiro Tanaka*

*Direktor des Japanischen Informations- und Kulturzentrums*

# Umami

Für die japanische Küche, wie für die gesamte ost- und südostasiatische Küche, ist *umami* von besonderer Bedeutung. Es handelt sich neben süß, sauer, salzig und bitter um eine fünfte Geschmacksqualität, die von Aminosäuren wie Glutaminsäure, Inosinsäure etc. getragen wird. In der japanischen Küche ist *umami* in Form von Würzen wie Dashi-Brühe aus Riementang oder Bonitoflocken vertreten und dient als Geschmacksverstärker. In Europa hingegen, wo *umami* in Tomaten, Käse etc. präsent ist, wird es nicht als eigene Geschmacksqualität wahrgenommen.

## Japanische Küche und internationale Esskultur

Neben der traditionellen japanischen Küche kann man in Japan natürlich auch internationale Küche genießen. In vielen Fällen wird diese dann aber an den japanischen Geschmack angepasst. Nehmen wir zum Beispiel Spaghetti. Selbstverständlich kann man Spaghetti in Japan auf italienische Art – alla bolognese, alla carbonara – essen, daneben gibt es aber auch sehr schmackhafte japanische Variationen, z.B. Natto-Spaghetti auf Sojasaucenbasis (mit gegorenen Sojabohnen), Mentaiko-Spaghetti (mit Pollackrogen) usw. Oder Curry – dieser wird ungeachtet seiner nichtjapanischen Herkunft zu typisch japanischen Reisgerichten verarbeitet.



Mentaiko-Spaghetti (© Shinsuke Yoshida)

Ein anderes Beispiel ist Tempura. Dieses Gericht stammt ursprünglich aus Portugal, wurde jedoch an den japanischen Gaumen angepasst und ist nun als typisch japanisches

Gericht bekannt. Ähnliches trifft auf das Schnitzel zu: Vor rund 150 Jahren aus Europa eingeführt, wurde das in Mehl, Ei und Semmelbrösel gewendete und frittierte Schnitzel in Japan als „Tonkatsu“ zu einem eigenen japanischen Gericht weiterentwickelt.



Tonkatsu (© JNTO)

Wien ist für seine Kaffeehauskultur berühmt. In den Präfekturen Gifu und Aichi gibt es die japanische Variante davon, die als „Morning“ bezeichnet wird. Wenn man im Café morgens zu einer bestimmten Uhrzeit einen Kaffee bestellt, bekommt man automatisch Toast und Salat dazu. In letzter Zeit wird gelegentlich auch eine kleine Portion Spaghetti zum Kaffee angeboten. Jedenfalls handelt es sich um eine preisgünstige Variante des Kaffeegenusses, die man als Besucher ruhig nutzen sollte.