

**TIM ANDERSON**

**R  
A  
M  
E  
N**

**FO  
R  
E  
V  
E  
R**



# **TIM ANDERSON**

**R A M E N**

**F O R E V E R**

ラーメンに命をかけて

**90 JAPANISCHE SOULFOOD-REZEPTE**

**südwest**



6	WAS SIND RAMEN?
8	DAS RAMENMANIFEST
10	RAMEN UND ICH
12	DIE FÜNF ELEMENTE DER RAMEN
14	DAS HANDWERKSZEUG
16	EIN WORT ZU DEN ZUTATEN
19	SO WERDEN DIE RAMEN IMMER BESSER

20 1  
**BRÜHEN**  
スープ

46 2  
**TARE**  
タレ

64 3  
**NUDELN**  
麺

88 4  
**ÖLE & FETTE**  
香味油

106 5  
**TOPPINGS**  
具材

152 6  
**100 % RAMEN**  
完全なラーメン

215 LITERATUR & QUELLEN  
217 DANKSAGUNG  
217 ÜBER DEN AUTOR  
218 REGISTER

194 7  
**NICHT GANZ RAMEN**  
ラーメンじゃないけれど

**WAS  
SIND  
RAMEN?**

**ラーメンとは  
なんですか？**

RAMEN TO WA, NAN DESU KA?

Ramen sind ein solch komplexes Thema mit derart vielen unscharfen Definitionen und kulturellen sowie historischen Schichten darunter, dass ich manchmal nicht weiß, wo ich mit dem Erklären anfangen soll. Also fange ich der Einfachheit halber am Anfang an: mit der Meiji-Zeit um 1890. Damals tauchten die ersten ramenähnlichen Gerichte in chinesischen Restaurants in Japan auf – doch ist das wirklich der Anfang? Vielleicht wäre es richtiger, in China anzufangen, wo der Ramen-Prototyp entstand, oder in der Mongolei, wo man zuerst alkalisches Wasser zur Herstellung von Nudelteig verwendete. Und vielleicht können wir auch nicht über Ramen sprechen, ohne vorher über Soba, Sōmen und Udon zu reden, japanische Nudeln und Ramen-Vorläufer.

Möglich ist auch, dass unsere Geschichte tatsächlich erst nach dem Zweiten Weltkrieg beginnt, als sich die Einfuhr billigen amerikanischen Weizens sowie die Akzeptanz sowohl des Fleischverzehrs als auch ausländischen Essens in Japan vollständig durchsetzen und Ramen damit zu einem allgegenwärtigen, landesweit heiß geliebten Gericht machten. 1958 dämmerte dann allmählich das Zeitalter der Instant-Ramen herauf, erfunden von dem Unternehmer Momofuku Andō. Die Erfindung befördernte Ramen aus den Spezialitätenrestaurants und Straßenständen hinaus und in die heimische Küche hinein, womit ihr Status als eines der beliebtesten und preiswertesten Wohlfühlessen der Nation – und der Welt – schließlich zementiert wurde.

In der Geschichte der Ramen gibt es große Flächen unerforschten Terrains, auf das auch ich mich nur schlecht gerüstet wagen könnte. Wer mehr darüber wissen möchte, nimmt deshalb am besten Dr. Barak Kushners *Slurp! A Social and Culinary History of Ramen* und Professor George Solts *The Untold History of Ramen* zur Hand – beide Bücher enthalten eine geradezu schwindelerregende Menge an faszinierenden Informationen über die Ursprünge der Ramen sowie darüber, wie sich das Gericht zu der gastrokulturellen Ikone entwickeln konnte, die es heute ist.

Dennoch glaube ich, dass selbst eine rudimentäre Zusammenfassung der Vorgeschichte der Ramen viel zum Verständnis dessen beitragen kann, was das Gericht so einzigartig macht. So, wie wir es heute kennen, ist es unglaublich vielseitig – wahrscheinlich wäre es korrekter, von einer ganzen Kategorie an Gerichten zu sprechen, ebenso wie wir auch bei Pasta nicht an ein einzelnes Gericht denken. Auch das hat mit den Anfängen der Ramen zu tun: Ihre Ursprünge lassen sich nicht auf ein einzelnes Nudelgericht zurückführen, das zu einem bestimmten Zeitpunkt von

China nach Japan kam – es waren eher mehrere, die etwa zur selben Zeit in Japan auftauchten. Das dezentralisierte, heterogene Essen besitzt keine historische Blaupause, keine Urfassung, kein platonisches Ideal, das man als »die« Ramen bezeichnen könnte.

Ramen haben vielfältige Vorfahren, ihre Traditionen sind diffus und eher netzähnlich als linear. Um sie zu verstehen, muss man sie in all ihrer galaktischen Diversität an Form, Geschmack und Herkunft sehen.

In seinem Buch *Recentering Globalization* schreibt der Soziologe Koichi Iwabuchi über das, was er »kulturelles Odeur« nennt: die gefühlte kulturelle Identität eines Dinges, wie sie durch seine unterschwellige, kontextuellen und häufig nicht greifbaren Merkmale bestimmt wird. In den frühen Tagen der Ramengeschichte war ihr »Odeur« eindeutig chinesisch – vielfach wurden (und werden) Ramen tatsächlich als »chinesische Soba« bezeichnet. Allerdings kann Japan auf eine lange Geschichte des Adop- und Adaptierens aller möglichen nicht japanischen Dinge zurückblicken; zudem sind japanische Köche (und Speisende) bei ausländischem Essen weniger an strikte Traditionen gebunden, weshalb Kreativität, Neuheit und Vielfalt öfter ins Spiel kommen können. In ganz Japan haben sich Köche und Köchinnen Ramen zu eigen gemacht. So sind Ramen, um noch einmal Iwabuchi zu zitieren, ein »glokales« Gericht: Es kam über den internationalen Austausch aus dem Ausland, wurde durch heimische Zutaten, den Geschmack der Kunden und die Innovationsfreude der Zubereitenden jedoch eingebürgert.

Die »Glokalität« der Ramen ist für mich das Aufregendste an ihnen. Überall in Japan, ja, auf der ganzen Welt gibt es sie in unzähligen Varianten. Bei Ramen sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt: Kreatives Flair und die Bereitschaft, sich über kulinarische Grenzen hinwegzusetzen, sind die Kennzeichen der Ramen-Kultur, das, was sie so faszinierend und amüsant macht. Solange die Grundregeln (siehe S. 8f.) beachtet werden und es schmeckt, ist eigentlich alles erlaubt.

Ihre Dynamik und anhaltende Popularität verdanken Ramen ihrer ureigenen Vielschichtigkeit und Wandlungsfähigkeit; sie sind es auch, die sie für den Titel »Nationalgericht Japans« geradezu prädestinieren. Aber was genau sind Ramen nun? Kurz gesagt: basische Weizennudeln in Brühe mit Beilagen oben drauf. Das allerdings erklärt nicht, was sie so verdammt lecker macht. Deshalb sollte die Frage vielleicht eher lauten: Was sind gute Ramen?

# DAS RAMEN-MANIFEST

## ラーメンマニフェスト

RÄMEN MANIFESUTO

### 1 RAMEN SOLLTEN SCHLÜRFBAR SEIN

Gute Ramen zeichnen sich durch ihre Schlürffähigkeit aus. Zwar sollten die Bestandteile geschmacklich einzeln erkennbar sein, gemeinsam jedoch ein kohärentes Genusserlebnis ergeben. Beim Aufsaugen der Nudeln sollte man gleichzeitig die Brühe aufschlürfen und idealerweise auch einige der Beilagen. Bei Ramen gibt es keinen »Star auf dem Teller«. Jede Zutat ist Teil des Ensembles, das dann am besten ist, wenn alle an einem Strang ziehen – das meine ich mit *Schlürffähigkeit*. Und auch Sie müssen Ihren Teil dazu beitragen: Sie müssen schlürfen! Ramen geziert oder ohne das leiseste Geräusch zu verzehren ist eine Beleidigung.

### 2 RAMEN SIND EINE HERZENSANGELEGENHEIT (ODER AUCH NICHT)

Sie wollen gute Ramen? Dann müssen Sie – oder jemand anders – sich Mühe geben. Die Ramenzubereitung erfordert Herzblut, Geduld, Liebe zum Detail und nicht zuletzt körperliche Arbeit. Was mich an Ramen immer wieder fasziniert, ist die Tatsache, dass der Koch sein Handwerk jahrelang erlernt, Tage damit zubringt, die Zutaten zuzubereiten – und dann alles für wenig Geld verkauft und zusieht, wie sein Kunstwerk innerhalb von Minuten verschwindet. Lassen Sie uns also den ungewürdigten Ramenkoch einen Augenblick würdigen – auch wenn Sie das selbst sind. Manchmal braucht man aber auch nur eine warme, nudelige Umarmung auf dem Teller, und dann sind Instant-Ramen ebenfalls völlig in Ordnung.

### 3 RAMEN SIND EIN BESCHEIDENES GERICHT (ODER AUCH NICHT)

Gute Ramen sind absolut unprätentiös. Ihren Geschmack entlockt man in mühevoller Kleinarbeit preiswerten, alltäglich Zutaten, die dann ohne großes Brimbiorium serviert werden. Die *Kodawari*-Bewegung, bei der sich Ramenköche über die Qualität ihrer Zutaten und die Details des Anrichtens auslassen, entspricht ganz und gar nicht dem wahren Geist der Ramen (das musste mal gesagt werden)!

Oder ... vielleicht doch? Ich liebe Ramen, weil sie mich oft an eine Art Alchemie erinnern, die Verwandlung von Wasser, Knochen und Weizen in Gold. Und weil selbst flüchtig zubereitete Ramen köstlich sein können. So steht es außer Zweifel, dass großartige Zutaten und das Achten auf Details zwar ein bisschen streberhaft und selbstherrlich anmuten, schließlich aber zu potenziell besseren und sicherlich stimmigeren Ramen führen. Doch wofür man sich letztlich auch entscheidet: Auf jeden Fall sollten Ramen mit Demut und Bescheidenheit serviert werden.

(Insgeheim dürfen Sie sich natürlich schon auf die Schulter klopfen, wenn Ihnen gute Ramen gelungen sind, das haben Sie sich dann auch verdient [siehe Punkt 2].)

## 4

### BESSERE RAMEN SIND DER FREUND DER GUTEN

Im Allgemeinen bin ich ein Fan von Voltaires Aphorismus »Das Bessere ist der Feind des Guten« – im Fall der Ramen stimmt er jedoch schlicht nicht. Das Streben nach Perfektion, so närrisch und zwecklos es auch sein mag, wird unweigerlich zu einem besseren Ergebnis und einem besseren Verständnis des Handwerks führen. Wenn Sie also »die perfekte« Ramenschale vor Augen haben, sollten Sie auch mit allen Mitteln versuchen, sie in die Tat umzusetzen. Vielleicht schaffen Sie das nicht. Ich habe es nie geschafft. Doch werden meine Ramen mit der Zeit immer besser. Sagen Sie Ja zu Versuch und Irrtum, und Sie werden sich Ihren Ramenträumen zentimeterweise annähern.

## 5

### RAMEN SIND ALLES, UND ALLES IST RAMEN (ODER KANN ES SEIN)

Durch das Format als »unbeschriebenes Blatt« – so lange es alkalische Weizennudeln in Brühe enthält, ist es Ramen – kann man so ziemlich alles in Ramen verwandeln. Ich möchte sogar noch weiter gehen und sagen: Es *sollte* auch in Ramen verwandelt werden. Sie werden sowohl in Japan als auch andernorts viele absurde Gerichte aus der Ramen-Fusionsküche finden, was meiner Meinung nach der Überzeugung geschuldet ist, dass Ramen das Nonplusultra sind und andere Gerichte besser wären, wären sie bloß Ramen. Doch nur weil alles Ramen sein kann, bedeutet das nicht, dass alles auch automatisch Ramen *ist*. Manches wird mit Ramen verwechselt, gehört aber in die Kategorie KEINE RAMEN, und KEINE RAMEN sind NICHT ERLAUBT. Lassen Sie mich das erklären:

### WAS SIND KEINE RAMEN?

Für manche Menschen sind Ramen ein Synonym für so ziemlich jedes Gericht, das lange Nudeln und Brühe enthält. Es gibt jedoch mindestens zwei Beispiele, in denen dies kategorisch falsch ist:

Erstens dann, wenn Nicht-Ramen-Nudeln verwendet werden. Ramennudeln sind eine spezifische Art von Nudeln, sie müssen aus Weizenmehl und alkalischen Salzen, den sogenannten Kansui (Einzelheiten dazu auf S. 67), bestehen. Udon, Soba und Sōmen sind beispielsweise keine Ramennudeln. Jedwede Reisnudeln sind *ganz sicher* keine Ramennudeln. Eiernudeln sind ebenfalls keine Ramennudeln, es sei denn, sie enthalten Kansui. Ich denke, Sie haben verstanden: kein Kansui, keine Ramen.

Zweitens dann, wenn ein ramenähnliches Gericht bereits als etwas anderes bekannt ist. Ich denke hier vor allem an chinesische Nudelsuppen, die vielleicht die grundlegenden Kriterien von Ramen erfüllen – alkalische Nudeln in Brühe –, aber anders genannt werden und meist schon länger als Ramen existieren. Ich kenne mich zu wenig in der chinesischen Küche aus, als dass ich hier jetzt viele Beispiele nennen könnte; spontan fällt mir die Wantan-Nudelsuppe ein. Obwohl Wantan-Nudeln Ramen grundsätzlich ähneln, wäre es meiner Ansicht nach kultureller Reduktionismus oder sogar kulturelle Auslöschung, würde man sie als Ramen bezeichnen (siehe dazu beispielsweise auch Sushi und Gimbap).

Abgesehen davon ist im Grunde alles erlaubt. Sie haben Brühe? Sie haben Nudeln mit einem pH-Wert von unter 7? Dann haben Sie auch Ramen!

Ramen sind meine Lebenskraft, und zwar im buchstäblichen Sinne des Wortes. Alles, was ich heute bin, alles, was ich tue, und alles, was ich habe, verdanke ich Ramen.

Vielleicht denken Sie jetzt, ich übertreibe – das tue ich nicht. Für mich waren Ramen der Antrieb zu einigen lebensverändernden Entscheidungen, wie Sie unten in tabellarischer und chronologischer Form sehen können:

## 2004

Bei einem zufälligen Besuch des familiengeführten Ramenladens Daikokuya in Los Angeles habe ich eine Ramenoffenbarung. Ich bin hingerissen von dem Gericht und spontan von ihm besessen.

## 2005

Ich bekomme ein Forschungsstipendium zum Studium regionaler Nudelkulturen in Japan. Ich konzentriere mich in meiner Arbeit auf das Shin-Yokohama Ramen Museum, das mein Verständnis des Gerichts erweitert und in mir den Wunsch weckt, das Land weiter zu erkunden – und mehr Ramen zu essen.

## 2006

Ich werde ins JET-Programm aufgenommen, in dessen Rahmen (!) ich in Japan Englisch unterrichten soll, bei dem ich eigentlich aber nur mehr über japanisches Essen, vor allem Ramen, herausfinden will. In meinen Bewerbungsunterlagen kreuze ich als bevorzugte Tätigkeitsorte diejenigen an, die mich in puncto Ramen besonders interessieren: Sapporo, Yokohama und Fukuoka. Ich werde nach Kitakyushu in der Präfektur Fukuoka geschickt. Wäre ich nicht dorthin gezogen, hätte ich meine Frau nie kennengelernt, wäre nie nach Großbritannien gegangen und wäre nie Vater zweier wundervoller Kinder geworden. Dass sich das Dasein meiner Kinder auf meine Leidenschaft für Ramen gründet, finde ich noch heute völlig verrückt.

## 2011

Ich gewinne die TV-Kochshow *MasterChef* teilweise deshalb, weil ich im Finale als Hauptgericht Ramen mit getrüffelten Hummer-Gyoza zubereite.

## 2013

Ich gründe das Nanban als Pop-up-Ramen-Izakaya-Restaurant, das 2015 einen permanenten Standort in Brixton erhält.

## 2015

Ich veröffentliche mein erstes Kochbuch, *Nanban: Japanese Soul Food*. Im Mittelpunkt stehen – Sie haben es bestimmt schon erraten – regionale Ramenrezepte.

## 2021

Nach sechs Jahren gebe ich das Restaurant auf, teilweise aus Frust darüber, dass es mir nicht gelungen ist, eine Umgebung zu schaffen, in der konstant gute Ramen zubereitet werden.

**Mein Leben wäre ohne Ramen anders verlaufen, ganz anders. Ich landete, wo ich landete, weil ich den Ramen folgte.**

**Und doch:** Trotz meiner jahrelangen Erfahrung mit Ramen – als Esser, Forscher und Koch – schreibe ich dieses Buch mit nicht geringer Furcht. Ein Buch über Ramen zu schreiben fühlt sich an wie vergebene Liebesmüh, eine unmöglich zu bewältigende Aufgabe. Ramen sind ein solch umfangreiches Thema, dass jedes Ramenbuch unweigerlich unvollständig sein muss. Lassen Sie es also nicht damit bewenden, bilden Sie sich weiter fort! Zusätzlichen Lesestoff und andere Quellen finden Sie auf Seite 215.

Dennoch kann dieses Buch Ihnen eine recht gute Vorstellung von den grundlegenden Prinzipien der Ramen vermitteln. Sie werden bei der Ramenzubereitung trotzdem Fehler machen. Ramen sind schwierig. Doch ob Sie nun Profikoch oder ambitionierter Hobbykoch sind: Ich hoffe, dass dieses Buch Ihnen dabei hilft, einige der Fehler abzumildern, und Sie auf Ramen-Erfolgskurs bringt.

# DIE FÜNF ELEMENTE DER RAMEN

## ラーメンの5つ の要素

RAMEN NO ITSUTSU NO YOSO

Es ist mittlerweile allgemein anerkannt, dass Ramen aus fünf Elementen bestehen: Brühe, Tare, Nudeln, Öl oder Fett und den Beilagen, mit denen das Gericht als Topping serviert wird. In diesem Buch finden sich für jedes dieser Elemente mehrere Rezepte, inklusive Empfehlungen, welche anderen Elementen dazu passen. Die Empfehlungen verstehen sich als genau das: Empfehlungen – hier können Sie frei kombinieren. Abgesehen von wenigen Ausnahmen brauchen Sie für jedes Gericht alle fünf Elemente.

SÜPU ス  
ープ

TARE タ  
レ

MEN 麺

## BRÜHE

Früher dachte ich immer, die Brühe sei der wichtigste Bestandteil von Ramen, heute weiß ich es besser: Es gibt keinen Bestandteil, der wichtiger ist als die anderen, entscheidend ist die Gesamtkomposition. Allerdings umhüllt die Brühe alles, sie würzt alles und sie ist es, die man bei jedem Schlürf schmeckt. Mit anderen Worten: Die Brühe ist zwar nicht das Wichtigste, aber wichtig.

## TARE

Tare ist die Flüssigkeit, mit der man die Brühe würzt und aromatisiert. Sie macht zwar nur zwischen 10 und 20 Prozent des Gesamtvolumens der Brühe aus, hat aber einen entscheidenden Einfluss auf ihren Geschmack. In den Tare-Würzsäcken stecken das gesamte Salz und das meiste Umami des Gerichts. Jahrelang habe ich sie nicht verwendet, weil ich dachte, meine Brühe sei zu kostbar, als dass ich sie mit irgendetwas anderem als Salz würzen dürfe. Falsch gedacht – Tare ist absolut essenziell.

## NUDELN

Ich weiß, dass ich gerade behauptet habe, es gäbe keinen wichtigsten Bestandteil von Ramen. Tatsächlich aber gibt es doch einen: die Nudeln. Sind die nämlich nicht gut, ist das ganze Gericht nicht gut. Die Nudeln sind für den Geschmack gewissermaßen das, was das Transportband für das Gepäck ist. Quasi der »Rohbau« des Gerichts: Stimmen die Nudeln nicht, fällt das ganze Gebilde in sich zusammen.

KŌMI ABURA 香  
味  
油

GUZAI 具  
材

## ÖL & FETT

Ein aromatisiertes Öl oder Fett verleiht der Brühe Geschmack und Körper; es rundet die Suppe ab und macht sie als Mahlzeit sättigender. In der einfachsten Version werden tierische Fette wie Schweineschmalz oder Hühnerfett verwendet, und manchmal ist damit schon so viel Fett in der Brühe, dass ein zusätzliches Öl überflüssig ist. Für mich ist das Öl jedoch eine Möglichkeit, das Gericht vielschichtiger und noch aromatischer zu machen – und diese Möglichkeit können Sie natürlich auch nutzen.

## TOPPINGS

Die Ramentoppings sind das kniffligste Element, weil sie das ganze Gericht aus dem Gleichgewicht bringen können und sich negativ auf die Schlürffähigkeit auswirken, wenn man sie nicht mit Bedacht wählt. Als Faustregel gilt: Die Beilagen sollten sich leicht mit Stäbchen und gemeinsam mit den Nudeln essen lassen. Deshalb ist aus meiner Sicht etwa ein Chāshū, das praktisch von selbst auseinanderfällt, einem mageren, festeren Chāshū vorzuziehen, da sich Letzteres nicht mit den Nudeln vermischt und separat gegessen werden muss, also nicht geschlürft werden kann.

Wie man es *nicht* machen sollte, zeigt eine gewisse britische Ramenkette: Hier kommen als Topping enorme Fleischbrocken zum Einsatz, die mit riesigen Salathaußen und geradezu unanständigen Mengen an Garnierungen wie roten Zwiebeln und Korianderblättern gekrönt werden. Andererseits: Was kann man von einer Kette, die Udongerichte Ramen nennt, schon groß erwarten?

Im Zweifel kann man sich immer an dem Grundsatz »Weniger ist mehr« orientieren. Außer bei Ramen im Jirō-Stil (siehe S. 169): Hier ist mehr mehr. *Viel* mehr.

# DAS HAND- WERKSZEUG

## ラーメン作り の道具

RAMEN ZUKURI NO DŌGU

Ganz allgemein gesprochen können Ramen in jeder normalen Küche ohne viel Spezialausrüstung zubereitet werden. Für Ramenprofis möchte ich jedoch auf einige wenige zusätzliche Dinge hinweisen.

## **TÖPFE UND PFANNEN**

Natürlich braucht man zur Zubereitung von Ramen Töpfe und Pfannen in verschiedenen Größen. Für die Brühe und zum Kochen der Nudeln braucht man große Töpfe mit mindestens zehn Liter Fassungsvermögen, auch bei haushaltsüblichen Ramenmengen. Profis empfehle ich einen Suppentopf mit doppeltem Boden und Hahn – er erleichtert das Abgießen. Für wirklich große Töpfe braucht man außerdem ein Rührpaddel, um die Zutaten zu verteilen und zu verhindern, dass etwas am Boden haften bleibt und anbrennt.

## **DURCHSCHLÄGE, SIEBE, SPINNENSIEB UND NUDELKORB**

Am wichtigsten sind ein guter Durchschlag oder ein gutes Spinnensieb und ein Haarsieb zum zweimaligen Durchseihen der Brühe (siehe S. 26). Ein Nudelkorb ist für den Hausgebrauch nicht unbedingt erforderlich, aber nützlich, ich würde also einen oder mehrere empfehlen.

## **KÜCHENWAAGE UND FEINWAAGE**

Insbesondere zur Zubereitung der Nudeln braucht man eine genaue Küchenwaage. Da vor allem Kansui und Salz grammweise abgemessen werden, empfiehlt sich auch eine noch präzisere Feinwaage.

## **KÜCHENTHERMOMETER**

Ein Küchenthermometer ist unerlässlich, um die Temperatur klarer, sinnernder Brühen im Auge zu behalten. Am besten eignet sich ein Thermometer mit Stiftsonde und Kabel. Nützlich ist es aber auch, um den Gargrad von Chāshū zu prüfen (obwohl ich den eigentlich immer von Hand prüfe) oder um zu wissen, wann aufgewärmt oder warm gehaltene Brühen die richtige Temperatur haben.

## **TIPP**

In diesem Buch kommen neben Ess- sowie Teelöffelangaben auch sehr geringe Grammangaben vor, damit die Zutaten wirklich genau abgewogen werden können. Bei Nudelteigen beispielsweise kommt es manchmal wirklich aufs Gramm an – hier würde Pi mal Daumen – d. h. ein mehr oder weniger gehäufter Ess- oder Teelöffel – nicht funktionieren.

## **MESSBECHER, DOSIERKELLEN UND MESSLÖFFEL**

Messbecher braucht man, um den Ertrag von Brühen zu prüfen und um Brühen zum Aufwärmen und Servieren abzumessen. Auch Dosierkellen in verschiedenen Größen sind wichtig; für den Anfang eignen sich welche mit 360, 300 und 30 Milliliter Fassungsvermögen, da die meisten Ramengerichte zwischen 300 und 400 Milliliter Brühe sowie zwischen 30 und 60 Milliliter Tare enthalten. Zum Feintuning von beispielsweise Tare oder Öl gibt es darüber hinaus japanische Zehn-Milliliter- (2 Teelöffel) und Fünf-Milliliter-Kellen (1 Teelöffel), obwohl diese außerhalb von Japan nur schwer zu finden sind. Abhilfe schaffen da die guten, alten Messlöffel.

## **MESSE UND SÄGE**

Für Ramen braucht man in der Regel kein ausgedientes Messersortiment, doch zum feinen Schneiden von Frühlingszwiebeln oder Chāshū empfiehlt sich schon ein gutes, scharfes Kochmesser oder ein Santokumesser. Für Knochen brauchen Sie vielleicht ein schweres Hackmesser, doch seien Sie gewarnt: Ich habe schon viele Hackmesser bei dem Versuch ruiniert, sie durch harte Schweinsknochen oder -gelenke zu treiben. Überlassen Sie das lieber Ihrem Metzger. Weigert er sich, nehmen Sie Säge und Hammer zur Hand.

## **SCHNEEBESEN, PÜRIERSTAB UND KÜCHENMASCHINE**

Mit eher kleinen Schneebesen rühren Sie dickflüssige Tare wie Miso oder Tantan gleichmäßig in die Brühe. Das geht auch mit dem Pürierstab, der außerdem Brühen homogen aufmixt. Und mit der Küchenmaschine kann man Sesamsamen mahlen, Unmengen von Knoblauch für Ramen im Jirō-Stil (siehe S. 169) fein hacken und vieles mehr.

## **AUFBEWAHRUNGSBEHÄLTER**

Da für Ramen viel *mise en place* vorbereitet wird, braucht man auch viele Aufbewahrungsbehälter in verschiedenen Größen, etwa welche mit drei Liter Fassungsvermögen für Brühen. Zum Abkühlen eignen sich breite, flache Behälter am besten.

# **EIN WORT ZU DEN ZUTATEN**

## **材料の基本的な案内**

ZAIRYŌ NO KIHONTEKI NA ANNAI

**Man könnte ein ganzes Buch allein über die Ramenzutaten schreiben, das ist keine Übertreibung. Es kommt viel rein ins Gericht, und man könnte viel über all das sagen. Im Folgenden stelle ich Ihnen nur einige wenige Zutaten kurz vor, mehr über sie und andere Zutaten erfahren Sie in den einzelnen Kapiteln bei den jeweiligen Rezepten.**

### **KNOCHEN, FLEISCH UND ANDERE TEILE VOM TIER**

Natürlich kann man Ramen aus irgendwelchen Knochen zubereiten, doch gilt: Je qualitativ hochwertiger die Knochen, desto besser die Brühe. Auf jeden Fall sollten die Knochen frisch sein – kaufen Sie sie nur beim Metzger Ihres Vertrauens.

### **MENTSUYU/ SHIRODASHI**

Diese konzentrierten japanischen Suppenfonds tauchen zwar nicht in vielen Rezepten in diesem Buch auf; dennoch ist es immens praktisch, sie zur Zubereitung von Ramen zur Hand zu haben. Bei beiden handelt es sich im Grunde um Nudelsuppenwürze, weshalb sie sich perfekt dazu eignen, um, na ja, Nudelsuppen zu würzen. Sie sind eine ausgezeichnete Tare-»Abkürzung«, vor allem beim Abschmecken von Brühen kurz vor Ende der Garzeit. Außerdem sind sie eine gute und schnelle Marinade für gekochte Eier; da sie so salzig sind, sollten sie zuvor jedoch mit etwas Wasser und vielleicht Mirin verdünnt werden.

### **SOJASAUCE**

Bei den meisten Rezepten, in denen Sojasauce verwendet wird, ist Shōyu gemeint, die japanische, natürliche gebraute Allzwecksojasauce. Allzu spezifische Sojasaucenarten habe ich vermieden, manchmal jedoch kommt Usukuchi (»helle« Sojasauce) oder Tamari vor. Wenn Sie sie bekommen können, empfehle ich Ihnen wärmstens unpasteurisierte

Sojasaucen (Nama), die geschmacklich vielschichtiger und kräftiger sind.

### **MEHL**

Für alle Nudelrezepte in diesem Buch brauchen Sie Weizenmehl Type 550. Welche Marke Sie nehmen, ist relativ egal, es sollte jedoch möglichst immer dieselbe sein. Da Mehl stark in seinem Eiweißgehalt sowie darin variiert, wie es sich mit Wasser verbindet, müssen Sie das Rezept vielleicht anpassen, wenn Sie die Marke gewechselt haben.

### **MISO**

Wie bei der Sojasauce so habe ich auch hier allzu spezifische regionale Varianten oder Marken vermieden, verwende aber bestimmte Arten. Ich gehe von einer gewissen Vertrautheit mit dem Produkt aus – lesen Sie nach, wenn Sie sich nicht sicher sind.

### **MIRIN, SAKE UND REISESSIG**

Ich verwende in allen Rezepten in diesem Buch Hon Mirin (echten Mirin) der Mittelklasse mit einem angenehmen und unaufdringlichen Aroma. Den zu kräftigen Premium-Hon-Mirin würde ich für die meisten Rezepte nicht empfehlen, ebenso wenig wie das billige, zu schwache Würzmittel »im Mirinstil«. Beim Sake reicht einfacher Kochsake, er muss nicht teuer sein. Mit »Essig« meine ich normalen Reisessig, es sei denn, es ist anders angegeben.





# **SO WERDEN DIE RAMEN IMMER BESSER**

## **ラーメンを美味しく する方法**

**RAMEN WO OISHIKU SURU HŌHŌ**

### **TÜFTELN**

Das Gericht schmeckt anders, als Sie es sich vorgestellt hatten? Das ist bei Ramen oft so. Tüfteln Sie einfach weiter am Rezept und Ihrer Technik, bis Sie zufrieden sind. Prüfen Sie auch die Zutaten: Herzhaftere Zutaten sorgen meist auch für herzhaftere Ramen. Häufig ist der Unterschied zwischen guten und großartigen Ramen winzigen Details geschuldet, die zu perfektionieren sehr lange dauern kann.

### **MASSSCHNEIDERN**

Die bewährten Rezepte anderer führen recht zuverlässig zu guten, aber nicht zwangsläufig zu *Ihren* Ramen – Sie dürfen die Rezepte also gern an Ihren Geschmack anpassen. Wenn Sie die Basics beherrschen, fragen Sie sich, wie das Gericht sein soll. Mit raffinierten, unverwechselbaren Aromen, klarer Brühe und köstlichen Nudeln? Oder soll es nur nach Salz, Schweineschmalz und Knoblauch schmecken, mit Nudeln so hart wie Nägel? Oder liegt Ihr Geschmack irgendwo dazwischen? Nur Sie wissen, wie Ihre »perfekten« Ramen aussehen, und deshalb wissen auch nur Sie, wie man sie zubereitet.

### **WEITERMARSCHIEREN**

Es wird wahrscheinlich sehr lange dauern, bis Sie auch nur passable Ramen hinbekommen – das sagt einer, der sie schon seit Jahrzehnten zubereitet und sich noch immer als Amateur sieht. Irgendwann kommt immer der Zeitpunkt, zu dem man an einst als perfekt erachteten Ramen doch noch etwas verbessern möchte. Marschieren Sie weiter, greifen Sie immer wieder zu den Ramensternen!

### **SPIONIEREN**

Da jeder Koch Ramen etwas anders zubereitet, gibt es ungeheuer viele Ideen und Techniken, auf die Sie zurückgreifen können – Sie müssen nur wissen, wo man diese findet. Suchen Sie sich andere Ramenafficionados und trauen Sie sich, Fragen zu stellen. Spähen Sie in die Küche Ihrer Lieblings-Ramenläden. Arbeiten Sie dort. Gehen Sie nach Japan. Praktizieren Sie SZL – schlürfen, zusehen, lernen.