

INHALT

Die Küche Asiens	6
Asien – bunte Vielfalt	6
Reis und andere Basics	8
Die Aromen Asiens	10
So kocht Asien	12
Aromentricks der Asiaküche	14
Gelingsichere Rezepte	15
Salate & Snacks	16
Sommerrollen in Variationen	32
Suppen	44
Instant-Ramen – dreimal anders	56
Nudeln & Reis	68
Saucenvariationen – würzige Vielfalt	82
Gemüse & Hülsenfrüchte	94
Tofu – dreimal anders	106
Fleisch & Fisch	124
Fladenbrote	148
Süßes & Getränke	158
Getränkevariationen – mal heiß, mal kalt	166
Register	178
Impressum	184

REGISTER VON A–Z

A

Algen

- Misosuppe 46
- Soba-Nudelsalat 18
- Sushi 88

Alkohol enthalten ⓘ

- Chinakohl-Wok 110
- Entenbrust Peking Style 145
- Kokos-Limetten-Sorbet 173
- Mangocreme 160
- Orangenhuhn 138

Ananas

- Früchtespieße 164
- Gebratener Reis 84
- Gemüsepfanne 108
- Mai-Tai-Quark 165
- Satéspeße 137
- Schweinefleisch süßsauer 130

Apfel

- Mango-Papaya-Salat 24
- Rindfleisch-Salat-Röllchen 42
- Wasabi-Seelachs 153

Aubergine

- Linsencurry 99
- Pfannengerührtes Gemüse 105

Avocado

- Limetten-Ramen 57
- Sushi 88

B

Banane, gebackene 168

Bánh Mì 38

Bibimbap 86

Biryani mit Blumenkohl 91

Blitz-Nudelsuppe 60

Blumenkohl

- Biryani mit Blumenkohl 91
- Gado Gado 26

Bohnen

- Gado Gado 26
- Nigiri-Sushi 89
- Sommerrollen mit Gemüse 33
- Wokgemüse 111

Brokkoli

- Gemüsenudeln 72
- Rindfleisch mit Brokkoli 126

Brot

- Chapati 149
- Naan 149
- Roti mit Kokos 148

C

Cashewkerne

- Linsencurry 99
- Mango-Papaya-Salat 24
- Pfannengerührtes Gemüse 105
- Soba-Linsen-Bowl 21
- Wokgemüse 111

Chai 166

Champignons

- Blitz-Nudelsuppe 60
- Gemüsenudeln 72
- Kartoffelcurry 100
- Mie-Nudelsuppe 61
- Wan-Tan-Suppe 52

Chana Masala mit Spinat 102

Chapati 149

Chicken Tikka 135

Chinakohl

- Chinakohl-Wok 110
- Gemüse-Tempura 113
- Kimchi 29
- Schweinefleisch süßsauer 130
- Sommerrollen 32

Chinakohl-Wok 110

China-Nudelsuppe 54

Chinesische Chilinudeln 75

Chinesische Tee-Eier 37

Chinesische Teigtaschen in Brühe
(Wan-Tan-Suppe) 52

Currygericht

- Chana Masala mit Spinat 102
- Curry-Eintopf 66
- Currygarnelen 156
- Curry-Mie-Nudeln 76
- Curry mit Tofu 106
- Currysauce 83

Gemüsecurry 98

Kartoffelcurry 100

Lammcurry 146

Linsencurry 99

Putencurry 143

Rindercurry 129

Thai-Curry 142

D

Dal: Rote-Linsen-Dal 97

Desserts

- Früchtespieße 164
- Gebackene Banane 168
- Klebreisbällchen 174
- Kokos-Limetten-Sorbet 173
- Kokos-Reis-Creme 163
- Mai-Tai-Quark 165
- Mangocreme 160
- Mangolassi 172
- Vietnamesischer Kokosflan 171

E

Eier

- Bibimbap 86
- Blitz-Nudelsuppe 60
- Chinesische Tee-Eier 37
- Eierkaffee 167
- Gebratener Reis 85
- Sesam-Knoblauch-Ramen 79
- Vietnamesischer Kokosflan 171

Entenbrust Peking Style 145

Erbsen

- Biryani mit Blumenkohl 91
- China-Nudelsuppe 54
- Kartoffel-Samosas 123
- Soba-Nudelsalat 18

Erdnüsse

- Chinesische Chilinudeln 75
- Erdnusssauce (Tipp) 157
- Gado Gado 26
- Gebackene Banane 168
- Gemüsereis 92
- Glasnudelsalat 23

Kokos-Erdnuss-Suppe 65
Kokos-Gemüse-Pfanne 93
Kokos-Ramen 56
Pad Thai 70
Reisnudel-Bowl 20
Spinat-Ramen 57
Wasabi-Seelachs 153

F

Feigen: Früchtespieße 164

Fisch

Glasierter Lachs 155
Mie-Nudeln mit Fisch 77
Nigiri-Sushi 89
Sushi 88
Thunfisch mit Sesam 150
Thunfischspieße 152
Wasabi-Seelachs 153

Fladenbrote 148

Früchtespieße 164

Frühlingsrollen 30

Frühlingszwiebel

Blitz-Nudelsuppe 60
China-Nudelsuppe 54
Chinakohl-Wok 110
Chinesische Chilinudeln 75
Curry-Eintopf 66
Curry-Mie-Nudeln 76
Gebratener Reis 85
Gemüsenudeln 72
Gemüse-Pancakes 115
Gemüsesuppe 50
Glasierter Lachs 155
Glasnudelsalat 23
Gyoza 80
Kartoffelcurry 100
Kimchi 29
Kokos-Erdnuss-Suppe 65
Kokos-Ramen 56
Mie-Nudelsuppe 61
Misosuppe 46
Okonomiyaki 114
Pfannengerührtes Gemüse 105
Phô mit Rindfleisch 49
Ramen-Gemüse-Suppe 58
Reisnudel-Bowl 20
Rindfleisch-Salat-Röllchen 42
Schweinefleisch süßsauer 130
Sesam-Knoblauch-Ramen 79
Soba-Nudelsalat 18

Sommerrollen mit Sprossen 33
Tempeh-Sticks 120
Wan-Tan-Suppe 52

G

Gado Gado 26

Garnelen

Currygarnelen 156
Curry-Mie-Nudeln 76
Garnelen-Satéspeße 157
Pad Thai 70
Gebackene Banane 168
Gebratene Reisnudeln
(Pad Thai) 70
Gebratener Reis 84, 85
Gegrillte Hähnchenstücke indisch
(Chicken Tikka) 135

Gemüse

Gemüseecken 34
Gemüse-garnelen (Variante) 156
Gemüse mit Erdnusssauce 26
Gemüsenudeln 72
Gemüse-Pancakes 115
Gemüsepfanne 108
Gemüsereis 92
Gemüsesuppe 50
Gemüse-Tempura 113
Pfannengerührtes Gemüse 105

Getränke

Chai 166
Eierkaffee 167
Getränkevariationen 166
Mangolassi 172
Melonenlimo 167

Glasierter Lachs 155

Glasnudeln

Glasnudelsalat 23
Glasnudelsuppe 55
Sommerrollen mit Gemüse 33
Sommerrollen
mit Steakstreifen 32

Glutenfreie Gerichte

Bibimbap 86
Biryani mit Blumenkohl 91
Chai 166
Chana Masala mit Spinat 102
Chicken Tikka 135
Chinakohl-Wok 110
Chinesische Tee-Eier 37
Currygarnelen 156

Curry mit Tofu 106
Currysauce 83
Eierkaffee 167
Früchtespieße 164
Gado Gado 26
Garnelen-Satéspeße 157
Gebratener Reis 84, 85
Gemüsecurry 98
Gemüsepfanne 108
Gemüsereis 92
Gemüsesuppe 50
Glasierter Lachs 155
Glasnudelsalat 23
Glasnudelsuppe 55
Hackbällchen 36
Hähnchenspieße 136
Indisches Butter Chicken 140
Indische Zwiebel-fritters 41
Kartoffelcurry 100
Kimchi 29
Kitchari mit Hirse 119
Kokos-Gemüse-Pfanne 93
Kokos-Limetten-Sorbet 173
Kokos-Reis-Creme 163
Lammcurry 146
Linsencurry 99
Mai-Tai-Quark 165
Mangocreme 160
Mangolassi 172
Mango-Papaya-Salat 24
Marinierte Grillspieße 133
Marinierte Rippchen 132
Melonenlimo 167
Misosuppe 46
Pad Thai 70
Pfannengerührtes Gemüse 105
Phô mit Rindfleisch 49
Putencurry 143
Reisnudel-Bowl 20
Rindfleisch mit Brokkoli 126
Rindfleisch-Salat-Röllchen 42
Rote-Linsen-Dal 97
Satésauce 83
Satéspeße 137
Soba-Linsen-Bowl 21
Soba-Nudelsalat 18
Sommerrollen in Variationen 32
Sushi 88
Tempeh-Sticks 120
Teriyakifilet 128
Teriyakisauce 82

Thai-Curry 142
 Thunfisch mit Sesam 150
 Thunfischspieße 152
 Tofu-Eintopf 51
 Tofu mit Relish 107
 Tom Kha Gai 62
 Vietnamesischer Kokosflan 171
 Wasabi-Seelachs 153
 Wokgemüse 111
Gurke
 Glasnudelsalat 23
 Hähnchenspieße 136
 Soba-Linsen-Bowl 21
 Sommerrollen mit Sprossen 33
 Sommerrollen
 mit Steakstreifen 32
 Sushi 88
 Wasabi-Seelachs 153
 Gyoza 80

H

Hackfleisch
 Chinesische Chinudeln 75
 Curry-Eintopf 66
 Gyoza 80
 Hackbällchen 36
 Ramen-Gemüse-Suppe 58
Hähnchenfleisch
 Chicken Tikka 135
 Gebratener Reis 85
 Hähnchenspieße 136
 Indisches Butter Chicken 140
 Orangerhuhn 138
 Tom Kha Gai 62
 Wan-Tan-Suppe 52
Hirse: Kitchari mit Hirse 119

I/J

Indische Kartoffeltaschen
 (Kartoffel-Samosas) 123
 Indischer Linsen-Hirse-Topf
 (Kitchari mit Hirse) 119
 Indisches Butter Chicken 140
 Indisches Kichererbsencurry
 (Chana Masala mit Spinat)
 Indisches Reisgericht
 (Biryani mit Blumenkohl) 91
 Indische Zwiebel fritters 41
 Instant-Ramen 56

Japanisch frittiertes Gemüse
 (Gemüse-Tempura) 113
 Japanische Pancakes 177
 Japanische Pfannkuchen
 (Okonomiyaki) 114
 Japanische Teigtaschen
 (Gyoza) 80
Joghurt
 Biryani mit Blumenkohl 91
 Chicken Tikka 135
 Indisches Butter Chicken 140
 Indische Zwiebel fritters 41
 Lammcurry 146
 Mangolassi 172

K

Kaffee: Eierkaffee 167
Kartoffel
 Kartoffelcurry 100
 Kartoffel-Samosas 123
 Rindercurry 129
 Tofu-Eintopf 51
Käse: Palak Paneer 116
Keimlinge (Sprossen)
 Bibimbap 86
 Frühlingsrollen 30
 Gebratener Reis 84
 Gemüseecken 34
 Gemüsepfanne 108
 Glasnudelsuppe 55
 Marinierte Rippchen 132
 Pad Thai 70
 Sommerrollen mit Sprossen 33
 Wasabi-Seelachs 153
Kichererbsen
 Chana Masala mit Spinat 102
 Gemüsecurry 98
 Indische Zwiebel fritters 41
 Kimchi 29
 Kitchari mit Hirse 119
 Klebreisbällchen 174
Kohl
 Bánh Mì 38
 Blitz-Nudelsuppe 60
 Chinakohl-Wok 110
 Gemüsereis 92
 Gemüse-Tempura 113
 Gyoza 80
 Kimchi 29
 Okonomiyaki 114

Schweinefleisch süßsauer 130
 Sommerrollen
 mit Steakstreifen 33
 Wan-Tan-Suppe
Kohlrabi: Ramen-Gemüse-
 Suppe 58
Kokos(milch)
 Curry-Eintopf 66
 Currygarnelen 156
 Curry mit Tofu 106
 Gado Gado 26
 Gemüsecurry 98
 Gemüsenudeln 72
 Hähnchenspieße 136
 Kartoffelcurry 100
 Kokos-Erdnuss-Suppe 65
 Kokos-Gemüse-Pfanne 93
 Kokos-Limetten-Sorbet 173
 Kokos-Ramen 56
 Kokos-Reis-Creme 163
 Rindercurry 129
 Rote-Linsen-Dal 97
 Roti mit Kokos 148
 Thai-Curry 142
 Tom Kha Gai 62
 Vietnamesischer Kokosflan 171
 Koreanisches Reisgericht
 (Bibimbap)
 Koreanisch fermentiertes Gemüse
 (Kimchi) 29
Kresse
 Nigiri-Sushi 89
 Sommerrollen 32
Kürbis
 Curry-Eintopf 66
 Gemüse-Tempura 113
 Pfannengerührtes Gemüse 105

L

Lachs
 Glasierter Lachs 155
 Sushi 88
 Lammcurry 146
Lauch
 Frühlingsrollen 30
 Gemüsereis 92
 Linsencurry 99
 Putencurry 143
 Sommerrollen mit Gemüse 33
 Thunfischspieße 152

Limette

Kokos-Limetten-Sorbet 173
Limetten-Ramen 57

Linsen

Kitchari mit Hirse 119
Linsencurry 99
Rote-Linsen-Dal 97
Soba-Linsen-Bowl 21

M**Mais**

China-Nudelsuppe 54
Gemüsepfanne 108
Mie-Nudelsuppe 61
Mai-Tai-Quark 165

Mango

Früchtespieße 164
Hähnchenspieße 136
Mangocreme 160
Mango-Gurken-Salat 136
Mangolassi 172
Mango-Papaya-Salat 24
Putencurry 143
Thai-Curry 142

Marinierte Grillspieße 133

Marinierte Rippchen 132

Mascarpone: Japanische

Pancakes 177

Matcha

Japanische Pancakes 177
Klebreisbällchen 174

Melonenlimo 167

Mie-Nudeln

Blitz-Nudelsuppe 60
China-Nudelsuppe 54
Curry-Mie-Nudeln 76
Gemüsenudeln 72
Mie-Nudeln mit Fisch 77
Mie-Nudelsuppe 61
Schweinefleisch süßsauer 130

Misosuppe 46

Möhre

Bánh Mì 38
Biryani mit Blumenkohl 91
Blitz-Nudelsuppe 60
Curry-Eintopf 66
Frühlingsrollen 30
Gado Gado 26
Gebratener Reis 84
Gemüsecurry 98
Gemüse-Pancakes 115

Gemüsesuppe 50

Glasnudelsalat 23

Kartoffelcurry 100

Kimchi 29

Kitchari mit Hirse 119

Linsencurry 99

Mie-Nudelsuppe 61

Misosuppe 46

Möhren-Rettich-Salat 150

Okonomiyaki 114

Phô mit Rindfleisch 49

Ramen-Gemüse-Suppe 58

Rindfleisch-Salat-Röllchen 42

Soba-Nudelsalat 18

Sommerrollen mit Gemüse 33

Sommerrollen mit Sprossen 33

Sommerrollen

mit Steakstreifen 33

Thunfisch mit Sesam 150

Tofu-Eintopf 51

Tofu mit Relish 107

Wan-Tan-Suppe 52

Woknudeln 73

N

Naan 149

Nigiri-Sushi 89

Nudeln

Blitz-Nudelsuppe 60
China-Nudelsuppe 54
Chinesische Chilinudeln 75
Curry-Mie-Nudeln 76
Gemüsenudeln 72
Glasnudelsalat 23
Gyoza 80
Kokos-Erdnuss-Suppe 65
Kokos-Ramen 56
Limetten-Ramen 57
Mie-Nudeln mit Fisch 77
Mie-Nudelsuppe 61
Pad Thai 70
Phô mit Rindfleisch 49
Ramen-Gemüse-Suppe 58
Reisnudel-Bowl 20
Schweinefleisch süßsauer 130
Sesam-Knoblauch-Ramen 79
Soba-Linsen-Bowl 21
Soba-Nudelsalat 18
Spinat-Ramen 57
Woknudeln 73

O

Okonomiyaki 114

Orange

Früchtespieße 164
Kokos-Limetten-Sorbet 173
Mai-Tai-Quark 165
Orangenhuhn 138

P

Pad Thai 70

Pak Choi

Frühlingsrollen 30
Gebratener Reis 84
Glasierter Lachs 155
Mie-Nudeln mit Fisch 77
Pfannengerührtes Gemüse 105
Reisnudel-Bowl 20

Palak Paneer 116

Papaya

Früchtespieße 164
Mango-Papaya-Salat 24

Paprikaschote

Chinakohl-Wok 110
Gemüsecurry 98
Gemüseecken 34
Gemüsenudeln 72
Gemüsepfanne 108
Gemüse-Tempura 113
Glasnudelsalat 23
Kitchari mit Hirse 119
Misosuppe 46
Rindercurry 129
Schweinefleisch süßsauer 130
Soba-Linsen-Bowl 21
Wokgemüse 111
Woknudeln 73

Pfannengerührtes Gemüse 105

Pfannkuchen

Gemüse-Pancakes 115
Japanische Pancakes 177
Okonomiyaki 114
Pfannkuchen mit Pilzen
(Variante) 114

Phô mit Rindfleisch 49

Putenfleisch

Putencurry 143
Putenspieße (Variante) 143
Satéspieße 137
Soba-Linsen-Bowl 21
Thai-Curry 142

R

Radieschen: Sommerrollen
mit Gemüse 33

Ramen

Kokos-Erdnuss-Suppe 65
Kokos-Ramen 56
Limetten-Ramen 57
Ramen-Gemüse-Suppe 58
Sesam-Knoblauch-Ramen 79
Spinat-Ramen 57

Reis

Bibimbap 86
Biryani mit Blumenkohl 91
Gebratener Reis 84, 85
Gemüsereis 92
Klebreisbällchen 174
Kokos-Gemüse-Pfanne 93
Kokos-Reis-Creme 163
Nigiri-Sushi 89
Rindfleisch-Salat-Röllchen 42
Sushi 88

Reisnudeln

Pad Thai 70
Phô mit Rindfleisch 49
Reisnudel-Bowl 20

Reispapier

Sommerrollen mit Gemüse 33
Sommerrollen mit Sprossen 33
Sommerrollen
mit Steakstreifen 32

Rettich

Kimchi 29
Thunfisch mit Sesam 150
Tofu-Eintopf 51
Tofu mit Relish 107

Rindercurry 129

Rindfleisch

Hackbällchen 36
Phô mit Rindfleisch 49
Ramen-Gemüse-Suppe 58
Rindercurry 129
Rindfleisch mit Brokkoli 126
Rindfleisch-Salat-Röllchen 42
Sommerrollen
mit Steakstreifen 32
Teriyakifilet 128

Romanasalat

Rindfleisch-Salat-Röllchen 42
Soba-Linsen-Bowl 21

Rote-Linsen-Dal 97

Rotkohl: Curry-Mie-Nudeln 76

S

Salate

Gado Gado 26
Glasnudelsalat 23
Mango-Papaya-Salat 24
Reisnudel-Bowl 20
Soba-Linsen-Bowl 21
Soba-Nudelsalat 18

Samosas, Kartoffel- 123

Satésauce 83

Satéspieße 137

Saucen

Currysauce 83
Satésauce 83
Teriyakisauce 82

Schwarzwurzel: Tofu-Eintopf 51

Schweinefleisch

China-Nudelsuppe 54
Gyoza 80
Marinierte Grillspieße 133
Marinierte Rippchen 132
Schweinefleisch süßsauer 130

Seitansteaks 121

Sellerie

Gemüsecurry 98
Linsencurry 99
Marinierte Grillspieße 133
Sommerrollen mit Sprossen 32
Thai-Curry 142

Sesamsamen

Bánh Mì 38
Bibimbap 86
Chinesische Tee-Eier 37
Gemüseecken 34
Gemüsepfanne 108
Gemüse-Tempura 113
Glasierter Lachs 155
Kokos-Erdnuss-Suppe 65
Rindfleisch-Salat-Röllchen 42
Sesam-Knoblauch-Ramen 79
Sesamtofu 107
Tempeh-Sticks 120
Teriyakifilet 128
Thunfisch mit Sesam 150

Shiitakepilze

Gemüsesuppe 50
Gyoza 80
Mie-Nudeln mit Fisch 77
Misosuppe 46
Soba-Nudelsalat 18
Tofu-Eintopf 51

Snacks/Vorspeisen

Bánh Mì 38
Chinesische Tee-Eier 37
Frühlingsrollen 30
Gemüseecken 34
Hackbällchen 36
Indische Zwiebelfritters 41
Reisnudel-Bowl 20
Soba-Linsen-Bowl 21
Sommerrollen 32
Soba-Nudelsalat 18

Sojabohnen: Wokgemüse 111

Sommerrollen in Variationen 32

Sorbet

Kokos-Limetten-Sorbet 173
Mangolassi 172

Spieße

Früchtespieße 164
Garnelen-Satéspieße 157
Satéspieße 137
Thunfischspieße 152

Spinat

Bibimbap 86
Chana Masala mit Spinat 102
Chinesische Chilinudeln 75
Curry-Eintopf 66
Palak Paneer 116
Spinat mit indischem Käse (Palak Paneer) 116
Spinat-Ramen 57
Tempeh-Sticks 120
Wan-Tan-Suppe 52

Spinat-Ramen 57

Spitzkohl

Gemüsereis 92
Gyoza 80
Okonomiyaki 114

Suppen

Blitz-Nudelsuppe 60
China-Nudelsuppe 54
Curry-Eintopf 66
Gemüsesuppe 50
Kokos-Erdnuss-Suppe 65
Kokos-Ramen 56
Limetten-Ramen 57
Mie-Nudelsuppe 61
Misosuppe 46
Misosuppe mit Rührei
(Variante) 46
Phô mit Rindfleisch 49
Ramen-Gemüse-Suppe 58

Spinat-Ramen 57
Tofu-Eintopf 51
Tom Kha Gai 62
Wan-Tan-Suppe 52

Sushi

Nigiri-Sushi 89
Sushi 88

Süßkartoffel

Kartoffelcurry 100
Kitchari mit Hirse 119
Thai-Curry 142

T

Tempeh-Sticks 120
Teriyakifilet 128
Teriyakisauce 82
Thai-Curry 142
Thailändische Kokossuppe
(Tom Kha Gai) 62
Thunfisch mit Sesam 150
Thunfischspieße 152

Tofu

Bánh Mì 38
Curry mit Tofu 106
Gemüsesuppe 50
Kokos-Erdnuss-Suppe 65
Misosuppe 46
Pad Thai 70
Sesamtofu 107
Tofu-Eintopf 51
Tofu mit Relish 107
Wokgemüse 111

Tomate

Chana Masala mit Spinat 102
Gemüsecurry 98
Gemüsenudeln 72
Indisches Butter Chicken 140
Rote-Linsen-Dal 97
Tom Kha Gai 62
Tom Kha Gai 62

U/V

Udon-Nudeln: Chinesische
Chilnudeln 75

Vegane Gerichte

Bánh Mì 38
Chapati 149
Chinakohl-Wok 110
Curry mit Tofu 106
Gebratener Reis 84

Gemüsecurry 98
Gemüse-Pancakes 115
Gemüsepfanne 108
Gemüsereis 92
Gemüsesuppe 50
Gemüse-Tempura 113
Glasnudelsalat 23
Glasnudelsuppe 55
Kartoffelcurry 100
Kartoffel-Samosas 123
Kimchi 29
Kitchari mit Hirse 119
Kokos-Erdnuss-Suppe 65
Kokos-Reis-Creme 163
Melonenlimo 167
Misosuppe 46
Pfannengerührtes Gemüse 105
Reisnudel-Bowl 20
Rote-Linsen-Dal 97
Roti mit Kokos 148
Satésauce 83
Seitansteaks 121
Sesamtofu 107
Sommerrollen mit Gemüse 33
Sommerrollen mit Sprossen 33
Spinat-Ramen 57
Tempeh-Sticks 120
Teriyakisauce 82
Tofu-Eintopf 51
Tofu mit Relish 107
Wokgemüse 111

Vegetarische Gerichte

Bánh Mì 38
Bibimbap 86
Biryani mit Blumenkohl 91
Blitz-Nudelsuppe 60
Chai 166
Chana Masala mit Spinat 102
Chinesische Tee-Eier 37
Currysauce 83
Eierkaffee 167
Früchtespieße 164
Frühlingsrollen 30
Gado Gado 26
Gemüseecken 34
Gemüsenudeln 72
Indische Zwiebel fritters 41
Japanische Pancakes 177
Kokos-Gemüse-Pfanne 93
Kokos-Limetten-Sorbet 173
Kokos-Ramen 56

Limetten-Ramen 57
Linsencurry 99
Mai-Tai-Quark 165
Mangolassi 172
Mie-Nudelsuppe 61
Naan 149
Okonomiyaki 114
Palak Paneer 116
Sesam-Knoblauch-Ramen 79
Soba-Nudelsalat 18
Sommerrollen mit Sprossen 33
Vietnamesischer Kokosflan 171
Woknudeln 73
Vietnamesische Nudelsuppe
(Phô mit Rindfleisch) 49
Vietnamesischer Kokosflan 171
Vietnamesisches Sandwich
(Bánh Mì) 38

W

Wan-Tan-Suppe 52
Wasabi-Seelachs 153
Wasserkastanien
Weißkohl: Bánh Mì 38
Wirsing: Gemüseecken 34
Wokgemüse 111
Woknudeln 73

Z

Zucchini

Gemüse-Pancakes 115
Gemüse-Tempura 113
Woknudeln 73

Zuckerschoten

Gado Gado 26
Gebratener Reis 85
Gemüsepfanne 108
Gemüsesuppe 50
Kartoffelcurry 100
Misosuppe 46
Sommerrollen mit Gemüse 33
Wokgemüse 111

Zwiebel fritters, indische 41