

INHALT

Einleitung	6
Der Norden	10
In diesen kühleren Gefilden sind Eintöpfe und Suppen sehr beliebt, zusammen mit lokalen Meeresfrüchte-spezialitäten, wie Lachs und Krabben, in Hokkaido.	
Tokio und die Mitte	60
Die moderne Küche Tokios vereint – wie die vieler florierender Metropolen – Tradition mit Aromen aus aller Welt. Im Westen sind Nagano und die Japani-schen Alpen Regionen der deftigen Bergkost.	
Kansai	124
Diese Region bietet beides: die raffinierteste Küche des Landes – vor allem in Kyoto, wo kaiserliche Einflüsse vorherrschen – und die herzhafte, boden-ständige Kost des von Händlern gegründeten Osaka.	
Der Westen	184
Diese Region ist von zwei Meeren umgeben und bietet das ganze Jahr über frischen Fisch. Aufgrund des gemäßi-gten Klimas sind auch Reis und Gemüse reichlich vor-handen; die Gerichte hier sind süß und aromatisch.	
Der Süden	216
Mit ihrem subtropischen Klima sind Okinawa und die südwestlichen Inseln bekannt für Schweinefleischge-richte und eine deutlich von den kulinarischen Traditionen anderer japanischer Regionen abweichende Küche.	
Grundrezepte	264
Adressen	266
Glossar	268
Über die Autoren & den Fotografen	269
Rezeptverzeichnis	270
Impressum	272