

MENÜ

• • •

SUSHI – ZEN, LUST, WISSENSCHAFT & WELLNESS

Sushi und *Zen*

Was ist Sushi?

•

LEBEN, NAHRUNG & MOLEKÜLE

Die Moleküle des Lebens

Sinneswahrnehmung

•

ETWAS AUS DEM MEER & ETWAS VON DEN BERGEN

Fisch und Meeresfrüchte

Pflanzen aus dem Meer

Sojabohnen: *Tofu*, *Shōyu* und *Miso*

Reis, Reiswein und Reisessig

Gewürze in der japanischen Küche

•

LAGERUNG & KONSERVIERUNG

Fisch und Meeresfrüchte

Tsukemono – die Kunst des Einlegens

•

GERÄTE, ZUBEREITUNG & PRÄSENTATION

Geräte für die Sushi-Zubereitung

Die Zubereitung von Sushi

Die Kunst der Präsentation

•

SUSHI À LA CARTE

Mainstream Sushi

Sushi mal anders

•

DER REST DES MENÜS

Beilagen und kleine Gerichte

Suppen und Salate

Kleine Desserts mit grünem Tee

•

AM TISCH & AN DER BAR

Wie isst man Sushi?

Cha – Japanischer Tee

•

EPILOG

•

DIE TECHNISCHEN DETAILS

Glossar japanischer Wörter & Wissenschaftliches Glossar

Bibliographie

Bildnachweis

Index