

# Inhalt

VORWORTE	
16	Vorwort von René Redzepi
23	Vorwort von Esben Holmboe Bang
IDENTITÄT	
36	Eine norwegische Identität
52	Eine neue norwegische Küche
62	Der Prozess
72	Ein Weckruf
86	Lebendige Erde
106	Temperatur
111	Kostproben der Inspiration
REZEPTE UND PRODUKTINFORMATIONEN	
136	Makrele mit Ulmenblättern
138	Europäische Austern von Bømlo
140	Austernemulsion mit warmer Miesmuschelsauce und Dill
144	Tintenfisch aus dem Skagerrak mit grünen Erdbeeren und Kerbel
148	Küste und Wald
150	Kaisergranat und Fichte
152	Gedämpfte Königskrabbe mit Tee aus getrockneten Sommerkräutern
154	Islandmuschel
156	Islandmuscheln mit Hähnchenhaut und Dashi aus Pilzen und Søl
158	Jakobsmuschel
160	Gegrillte Jakobsmuscheln in der Schale mit Knollensellerie
162	Jakobsmuscheln mit fermentiertem Honig und Pfifferlingen
164	Jakobsmuscheln mit geräucherter Sahne und Heidekraut
166	Rohe Messerscheidenmuscheln mit grünen Erdbeeren und Kräutern
168	Gedämpfter Kabeljau mit Nuancen von gebratenen Krabben
170	Bergforelle mit Zwiebeln und Aquavit
172	Rochenflügel mit Bärlauch und fermentiertem weißem Spargel
174	Teighörnchen mit karamellisierter Hefe und Kaviar
176	Rakfisk mit gegrilltem Lauch und Frühlingssalat-Sauce
178	Eingelegte Zwiebeln mit Stockfisch und Rhabarberwurzel
180	Waldameisen
182	Grüner Spargel mit Blüten und Waldameisen
184	Topinambur mit Urkorn, Bärlauch und Kamille
186	Kartoffeln und Sauce
188	Spargel mit Butter, Molke und Himbeeren vom letzten Jahr
190	Rote Bete und schwarze Johannisbeeren
192	Strandkohl mit Senf und Seegras
194	Getrocknete Schwarzwurzeln mit Wacholder und Waldmeister
196	Frühkartoffeln mit Bärlauch von diesem und dem letzten Jahr
198	Eingemachte Zwiebeln und Rosen mit Joghurt
200	Erbsen und Stachelbeeren
202	Spargel mit Buchweizen, Rosen und Brennesseln
204	Säuerliche Merenguen mit Knoblauch und Sprossen
206	Brot und Butter
206	Sauerteigstarter
208	Unser Brot
210	Unsere Butter
210	Geschlagener Sauerrahm
212	Lompe
214	Lompe mit luftigem Schmalzfleisch
216	Lompe mit gedämpfter Königskrabbe
218	Gereiftes Schweinefilet
220	Die Indre Oslo Matforedling
222	Gereifter Wildvogel
224	Kraftbrühe von der Wildente mit Preiselbeeren
226	Kalbsbries mit Malz, Erbsen und fermentiertem Kirschsaft
228	Klare Pilzsuppe mit Fundstücken aus dem Wald
230	Gebrannte Zwiebeln mit Wachtelei, Rindermark und Lammkeule
232	Stubenküken mit Milch, Sommerblüten und Eisenkraut
234	Rentier mit säuerlichem Pflaumensaft und Topinambur
236	Rømmegrøt
238	Rømmegrøt mit Rentierherz und Pflaumenessig
240	Abgehanges Ochsenfleisch mit Holunderbeeren und Blattbete
242	Gefrorene süße Macarons auf Frischkäse und Sanddorn
242	Gefrorene salzige Macarons mit Frischkäse und Roggen
244	Gefrorener Blauschimmelkäse aus Stavanger mit eingelegten schwarzen Pfifferlingen
246	Junger Käse aus frischer Kuhmilch mit fermentierter Johannisbeerinfusion
248	Himbeeren mit gebrannter Milch
250	Eiscreme aus Birkenholz
252	Dessert mit Kartoffeln und Aquavit
254	Dessert mit Salzbutter aus Røros
258	Met
258	Dessert aus Weizenbier, Roggenbrot und Met
260	Stachelbeeren und Veilchen
262	Erdbeeren und Rosen
264	Sorbet von eingelegter Roter Bete mit gefrorenem Dill
266	Sauerklee-Dessert

268	Johannisbeerduft	328	Austernsalz
270	Rhabarber mit Kirschblüten und geräucherter Milch	331	Tang
272	Geräucherte Wacholdereiscreme mit fermentiertem Johannisbeersaft	331	Tangbutter
274	Geräuchertes Softeis mit Sommerblüten	332	Wacholder
276	Flüssige Waffel	332	Wacholderpulver
278	Erdbeerbrause	332	Wacholderöl
280	Norwegische Schokolade	332	Wacholdergeräucherte Milch oder Sahne
282	Krumkaker	335	Pilz-Sojasauce
283	Schmalzkringel	336	Schwarzer Knoblauch
286	Brunost-Törtchen	339	Gegrillter und eingelegter junger Knoblauch
		339	Eingelegte grüne Erdbeeren
		339	Eingelegte Fichtentriebe
		339	Bärlauchkapern
290	Der Geschmack des Maaemo	340	Butter mit gepökelter Lammkeule
294	Sauerklee	343	Geräuchertes Ochsenfett
295	Knoblauchsrauke	343	Geräucherte Butter
295	Öl mit Knoblauchsrauke	345	Eingelegte schwarze Pfifferlinge
296	Kräuteröle	345	Gelee von eingelegten schwarzen Pfifferlingen
301	Zitronenverbenenöl	346	Getrocknete Kräuter
301	Heidekrautöl	346	Kräuterpulver
302	Dillöl	346	Pfifferlingpulver
302	Lauchöl	351	Lauchasche
302	Röstzwiebelöl	351	Getrocknetes Erdbeerpulver
304	Bärlauchöl	354	Miso und Koji
304	Brennnesselöl	354	Koji
304	Rhabarberwurzelöl	354	Miso
304	Krabbenöl	354	Kojibutter
306	Rosenessig	357	Sanddorn
306	Roseninfusion	357	Sanddornegelee
306	Kirschblüteninfusion	357	Erbsensaft
306	Multebeeressig		NACHWORTE
306	Pflaumenessig	366	Fortschritt und Handwerk von Sigurd Wongraven
311	Kombucha	378	Dank
314	Fermentierter Saft	382	Register
314	Fermentierter weißer Spargel		
317	Lake zum Einlegen		
318	Einfache Fermentierung		
318	Fermentierung mit ganzen Beeren		
318	Fermentierter Johannisbeersaft		
321	Miesmuschelbrühe		
321	Krustentierbrühe		
325	Garum		
325	Makrelen-Garum		
328	Getrockneter Jakobsmuschelrogen		