

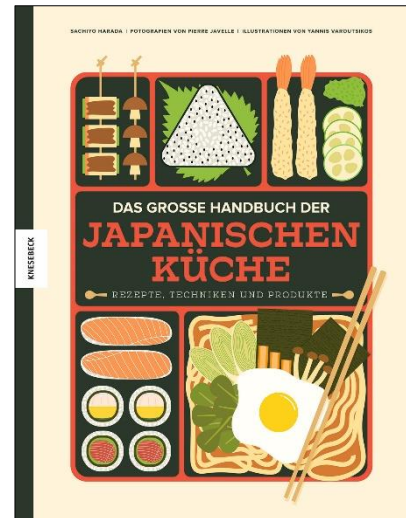
Presstext

Misosuppe, Okonomiyaki, Tempura und Karaage, Donburi oder Daifuku ... dieses Buch versammelt das Beste aus dem Land der aufgehenden Sonne. Die japanische Küche wird weltweit geschätzt, gilt als besonders gesund und ausgewogen. Gyozas, Ramen oder Sushi genießen wir auch hierzulande mit großer Begeisterung. Mit den richtigen Rezepten, Techniken und Zutaten, wie sie Sachiyo Harada in ihrem großen Handbuch bietet, ist die Zubereitung dieser japanischen Klassiker auch zu Hause ganz einfach. Gespickt mit vielen Tipps und mit ausgewählten Schritt-für-Schritt-Anleitungen, die auch das Auge erfreuen, erklärt sie die Zubereitungspraktiken und was es dafür braucht. Dazu erzählt die Foodautorin von der Küche ihres Heimatlandes, in der sich die Kultur Japans widerspiegelt und in der Formen, Texturen, Geschmäcker und Farben eine bedeutende Rolle spielen.



Sachiyo Harada wurde in Hokkaido, Japan, geboren und lebte viele Jahre dort. Heute lebt und arbeitet sie in Paris, wo sie die renommierte Ferrandi-Schule absolvierte und in Spitzenrestaurants tätig war. Als Foodstylistin und Kochbuchautorin schreibt sie für *Madame Figaro Japan* und gibt kulinarische Workshops sowie Kochkurse in Paris und Tokio.

KNESEBECK
Das besondere Buch



**Sachiyo Harada (Text),
Yannis Varoutsikos (Ill.)**

Das große Handbuch der japanischen Küche Rezepte, Techniken und Produkte

**Gebunden, 288 Seiten,
durchgehend farbig illustriert
aus dem Französischen von Susanne Schmidt-
Wussow**

Preis € 38,- [D] 39,10 [A]

ISBN 978-3-95728-942-1

Erscheinungstermin 27. Februar 2025

Die Autorin im Netz

Instagram: [@haradasachiyo](https://www.instagram.com/haradasachiyo)

Gerne senden wir Ihnen die Übersicht aller freigegebenen Pressebilder. Im Rahmen einer Rezension sind das Cover, ein Autor:innenfoto sowie bis zu drei der folgenden Doppelseiten (sowie die dazugehörigen Rezepte) oder der einzelnen Rezeptfotos zum Abdruck freigegeben: S. 30-31, S. 32-33, S. 58-59, S. 76-77, S. 88-89, S. 90-91, S. 124-125, S. 126-127, S. 250-251, S. 252-253.

Pressebilder

Sachiyo Harada (Text), Yannis Varoutsikos (Ill.): Das große Handbuch der japanischen Küche

Auf Wunsch senden wir Ihnen gern Druckdaten. Bis zu insgesamt drei der folgenden Doppelseiten (oder der einzelnen Rezeptfotos), ein Autor:innenfoto sowie das Cover sind im Kontext einer Buchbesprechung honorarfrei.

Im Rahmen eines TV-Beitrags können Sie gern mehr Bilder verwenden. Sprechen Sie uns dazu gerne an!

Für Online-Besprechungen sind bis zu acht der Pressebilder in niedriger Auflösung freigegeben.

Copyright:

Yannis Varoutsikos, Pierre Javelle/Knesebeck Verlag

Verstehen

SHIITAKE UND ANDERE PILZE



BESCHREIBUNG
Der Shiitake hat ein bis zwei Hauptpilze, die sich aus einem Stiel erheben. Die Pilze sind meist rötlich-braun bis schwarz gefärbt.

NÄHRWERT
Shiitake hat einen hohen Gehalt an Vitaminen und Mineralstoffen.

ANBAU UND ERNTE
Shiitake wird in Japan angebaut und ist ein beliebiger Speisepilz.

TIPP
Shiitake sollte vor dem Kochen in Wasser eingeweicht werden, um die Bitterstoffe zu entfernen.

1. SHIITAKE
Shiitake ist ein beliebiger Speisepilz, der in Japan angebaut wird. Er hat eine charakteristische Form mit einem bis zwei Hauptpilzen, die sich aus einem Stiel erheben. Die Pilze sind meist rötlich-braun bis schwarz gefärbt.

2. ERNTE
Shiitake wird in Japan angebaut und ist ein beliebiger Speisepilz. Er hat eine charakteristische Form mit einem bis zwei Hauptpilzen, die sich aus einem Stiel erheben. Die Pilze sind meist rötlich-braun bis schwarz gefärbt.

3. ERNTE
Shiitake wird in Japan angebaut und ist ein beliebiger Speisepilz. Er hat eine charakteristische Form mit einem bis zwei Hauptpilzen, die sich aus einem Stiel erheben. Die Pilze sind meist rötlich-braun bis schwarz gefärbt.

30

Vertiefen



1 Shiitake
2 Champignons
3 Steinpilze
4 Austernpilze
5 Röhrlinge
6 Morcheln

BESCHREIBUNG
Shiitake hat ein bis zwei Hauptpilze, die sich aus einem Stiel erheben. Die Pilze sind meist rötlich-braun bis schwarz gefärbt.

1. ERNTE
Shiitake wird in Japan angebaut und ist ein beliebiger Speisepilz. Er hat eine charakteristische Form mit einem bis zwei Hauptpilzen, die sich aus einem Stiel erheben. Die Pilze sind meist rötlich-braun bis schwarz gefärbt.

2. ERNTE
Shiitake wird in Japan angebaut und ist ein beliebiger Speisepilz. Er hat eine charakteristische Form mit einem bis zwei Hauptpilzen, die sich aus einem Stiel erheben. Die Pilze sind meist rötlich-braun bis schwarz gefärbt.


31

Bild 01
Seiten 30-31

Shiitake und andere Pilze

Verstehen

FISCH VORBEREITEN



BESCHREIBUNG
Fischfilet ist ein beliebiger Speisepilz, der in Japan angebaut wird. Er hat eine charakteristische Form mit einem bis zwei Hauptpilzen, die sich aus einem Stiel erheben. Die Pilze sind meist rötlich-braun bis schwarz gefärbt.

DAUER
Wahlweise 10 bis 15 Minuten.

MATERIALIEN
Fischfilet, Salz, Pfeffer, Öl.

ANWENDUNG
Fischfilet ist ein beliebiger Speisepilz, der in Japan angebaut wird. Er hat eine charakteristische Form mit einem bis zwei Hauptpilzen, die sich aus einem Stiel erheben. Die Pilze sind meist rötlich-braun bis schwarz gefärbt.

32

Makrele/Bastardmakrele vorbereiten



1 Fischfilet schneiden
2 Fischfilet waschen
3 Fischfilet salzen
4 Fischfilet pfeffern
5 Fischfilet anbraten

1. FISCHFILET SCHNEIDEN
Das Fischfilet wird in zwei Hälften geschnitten.

2. FISCHFILET WASCHEN
Das Fischfilet wird gründlich gewaschen.

3. FISCHFILET SALZEN
Das Fischfilet wird mit Salz bestreut.

4. FISCHFILET PFEFFERN
Das Fischfilet wird mit Pfeffer bestreut.

5. FISCHFILET ANBRATEN
Das Fischfilet wird in einer Pfanne angebraten.

33

Bild 02
Seiten 32-33

Fisch vorbereiten

Verstehen

MISOSUPPE MIT VENUSMUSCHELN UND WAKAME



BESCHREIBUNG
Eine Suppe aus Miso, Gemüse und Meeresfrüchten.

URSPRUNG
Japanische Küche.

ZUBEREITUNGSZEIT
15 Minuten.

VERWENDETE TECHNIKEN
Kochen, Servieren.

WANN GEGESSEN?
Zu jeder Zeit.

MATERIALIEN
Miso, Gemüse, Meeresfrüchte.

VARIANTEN
Mit anderen Meeresfrüchten.

18

Vertiefen



FÜR 4 PERSONEN
150g Miso
1 Liter Wasser
100g Tofu
100g Miso
100g Miso
100g Miso

1. In einem Topf Wasser mit Miso kochen.
2. Tofu in kleine Stücke schneiden.
3. Miso in Wasser auflösen.
4. Miso in die Suppe geben.
5. Miso in die Suppe geben.

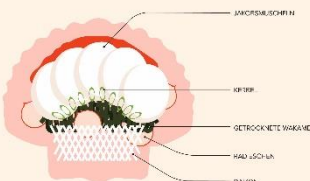
19

Bild 03
Seiten 58-59

Misosuppe mit Venusmuscheln und Wakame

Verstehen

SASHIMI AUS JAKOBSMUSCHELN



BESCHREIBUNG
Sashimi aus Jakobsmuscheln.

URSPRUNG
Japanische Küche.

ZUBEREITUNGSZEIT
15 Minuten.

VERWENDETE TECHNIKEN
Schneiden, Servieren.

WANN GEGESSEN?
Zu jeder Zeit.

MATERIALIEN
Jakobsmuscheln, Sashimi-Messer.

VARIANTEN
Mit anderen Meeresfrüchten.

20

Vertiefen



FÜR 4 PERSONEN
100g Jakobsmuscheln
100g Sashimi-Messer
100g Sashimi-Messer
100g Sashimi-Messer
100g Sashimi-Messer

1. Jakobsmuscheln waschen und reinigen.
2. Jakobsmuscheln in Scheiben schneiden.
3. Sashimi-Messer verwenden.
4. Sashimi-Messer verwenden.
5. Sashimi-Messer verwenden.

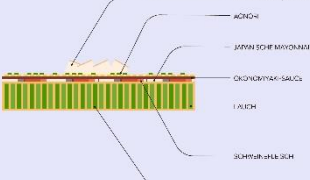
21

Bild 04
Seiten 76-77

Sashimi aus Jakobsmuscheln

Verstehen

OKONOMIYAKI



BESCHREIBUNG
Okonomiyaki, japanische Pfannekake.

URSPRUNG
Japanische Küche.

ZUBEREITUNGSZEIT
15 Minuten.

VERWENDETE TECHNIKEN
Kochen, Servieren.

WANN GEGESSEN?
Zu jeder Zeit.


MATERIALIEN
Okonomiyaki-Mischung, Katsu.

VARIANTEN
Mit anderen Zutaten.

22

Vertiefen

SPEZIELLE JAPANISCHE ZUTATEN



FÜR 4 PERSONEN
100g Okonomiyaki-Mischung
100g Katsu
100g Okonomiyaki-Mischung
100g Okonomiyaki-Mischung
100g Okonomiyaki-Mischung

1. Okonomiyaki-Mischung zubereiten.
2. Katsu zubereiten.
3. Okonomiyaki-Mischung zubereiten.
4. Okonomiyaki-Mischung zubereiten.
5. Okonomiyaki-Mischung zubereiten.

23

Bild 05
Seiten 88-89

Okonomiyaki

Zubereiten

OKONOMIYAKI



1. Alle Zutaten fein schneiden und gut vermischen.
2. Batter zubereiten: In 1 ein Ei geben, SALZEN, PFEFFER, SAFT VON 1 ZITRUS FRUCHT und SAFT VON 1 GELBER SAFFRAN ZUGEBEN.
3. In einem großen Wok oder in einem flachen Pfannengriddle auf mittlerer Hitze kochen, bis sich eine Kruste gebildet hat. Die Mischung in 20 Sekunden umdrehen, bis sie von allen Seiten gebräunt ist. Dann umdrehen.
4. Protein 5 in Scheiben schneiden, 50g beschneiden. Toppings wie Tatar Sauce, Bonito Flakes, Kani und Tamaoebi hinzufügen.
5. Wenn fertig, mit einer Sauce aus Mayo, Worcestersauce, Kani und Tamaoebi bestreuen.
6. In 10 Minuten fertig!

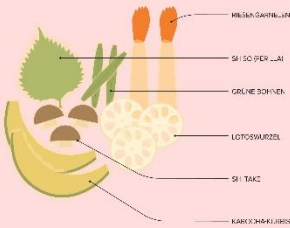


Bild 06
Seiten 90-91

Okonomiyaki zubereiten

Verstehen

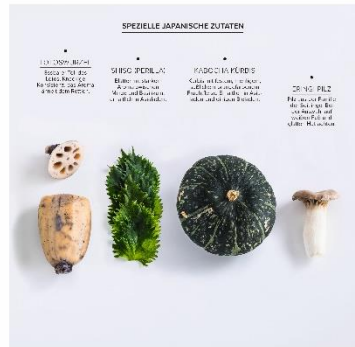
TEMPURA
AUS GARNELEN UND GEMÜSE



- BESCHREIBUNG**
Tempura ist eine japanische Frittierte, die aus Meeresfrüchten und Gemüse besteht. Sie wird in einer leichten, luftigen Panade gebraten und ist ein beliebtes Gericht in Japan.
- URSPRUNG**
Tempura hat ihren Ursprung in der japanischen Küche, genauer gesagt in der Region Kansai. Sie wurde im 17. Jahrhundert von portugiesischen Missionaren nach Japan gebracht.
- ZUSAMMENSETZUNG**
Die Hauptzutaten sind Meeresfrüchte wie Garnelen, Krabben und Tintenfisch sowie Gemüse wie Kürbis, Zucchini, Karotten und Lotuswurzeln.

Vertiefen

SPEZIELLE JAPANISCHE ZUTATEN



- FÜR 4 PERSONEN**
100g Meeresfrüchte
100g Gemüse
1 Ei
100g Mehl
100g Wasser
100g Öl
- TEMPURA SAUCE**
100g Worcestersauce
100g Sojasauce
100g Reisessig
100g Zucker
- ZUM SERVIEREN**
100g Bonito Flakes
100g Tamaoebi
100g Mayo

Bild 07
Seiten 124-125

Tempura aus Garnelen und Gemüse

Zubereiten

TEMPURA AUS GARNELEN UND GEMÜSE



1. Wer die Garnelen und Gemüse zubereiten möchte, sollte sie vorher gut waschen und trocken tupfen. Die Garnelen werden in 2 Haken geschnitten und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Das Gemüse wird ebenfalls gewaschen und trocken getupft. Die Garnelen werden in 2 Haken geschnitten und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Das Gemüse wird ebenfalls gewaschen und trocken getupft.

2. In einer Schüssel werden alle Zutaten für den Teig zusammengebracht. Die Garnelen werden in 2 Haken geschnitten und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Das Gemüse wird ebenfalls gewaschen und trocken getupft.

3. Die Garnelen werden in 2 Haken geschnitten und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Das Gemüse wird ebenfalls gewaschen und trocken getupft.

4. Die Garnelen werden in 2 Haken geschnitten und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Das Gemüse wird ebenfalls gewaschen und trocken getupft.

5. Die Garnelen werden in 2 Haken geschnitten und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Das Gemüse wird ebenfalls gewaschen und trocken getupft.

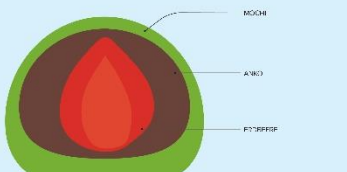


Bild 08
Seiten 126-127

Tempura aus Garnelen und Gemüse zubereiten

Verstehen

ICHIGO DAIFUKU



BESCHREIBUNG
Ichigo Daifuku ist ein japanisches Süßgebäck, das aus Mochi, Anko und einer Himbeere besteht.

USPUNKT
Das Süßgebäck ist sehr weich und klebrig, was es von anderen japanischen Süßgebäcken unterscheidet.

ZUBEREITUNGSZEIT
Die Zubereitungszeit beträgt ca. 30 Minuten.

WANN GESEHENT
Das Süßgebäck ist ideal für eine Party oder ein Fest geeignet.

TIPPS
Die Mochi sollten nicht zu heiß werden, da sie sonst zerfallen.

ABWANDERN
Das Süßgebäck kann auch mit anderen Füllungen zubereitet werden.

VARIANTEN
Das Süßgebäck kann auch mit anderen Früchten zubereitet werden.

Vertiefen

SPEZIELLE JAPANISCHE ZUTATEN



FÜR 8 MOCHI
• 200 g Ichigo Daifuku Füllung
• 100 g Anko
• 100 g Mochi

MOCHI TIPS
• Mochi sollten nicht zu heiß werden, da sie sonst zerfallen.
• Mochi sollten nicht zu kalt werden, da sie sonst klebrig werden.

Bild 09
Seiten 250-251

Ichigo Daifuku

Zubereiten

ICHIGO DAIFUKU



1. Die Zutaten werden in eine Schüssel gegeben und gut gemischt. Die Garnelen werden in 2 Haken geschnitten und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Das Gemüse wird ebenfalls gewaschen und trocken getupft.

2. In einer Schüssel werden alle Zutaten für den Teig zusammengebracht. Die Garnelen werden in 2 Haken geschnitten und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Das Gemüse wird ebenfalls gewaschen und trocken getupft.

3. Die Garnelen werden in 2 Haken geschnitten und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Das Gemüse wird ebenfalls gewaschen und trocken getupft.

4. Die Garnelen werden in 2 Haken geschnitten und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Das Gemüse wird ebenfalls gewaschen und trocken getupft.

5. Die Garnelen werden in 2 Haken geschnitten und mit Salz und Pfeffer gewürzt. Das Gemüse wird ebenfalls gewaschen und trocken getupft.

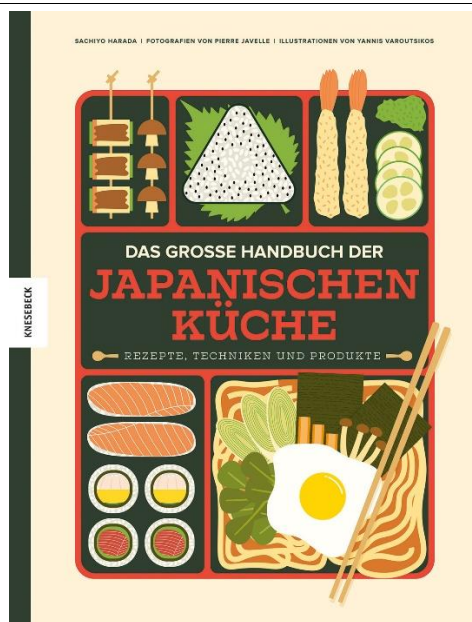


Bild 10
Seiten 252-253

Ichigo Daifuku zubereiten

**Autor:innenporträt****Sachiyo Harada**

© Patricia Doukhan

**Buchcover**Sachiyo Harada (Text),
Yannis Varoutsikos (Illus.)**Das große Handbuch der japanischen
Küche**
*Rezepte, Techniken und Produkte*Gebunden, 288 Seiten, durchgehend
farbig illustriert
aus dem Französischen von Susanne
Schmidt-Wussow
Preis € 38,- [D] 39,10 [A]
ISBN 978-3-95728-942-1

Erscheinungstermin 27. Februar 2025