

□ Vorspeisen

Rezepte für 2 Personen · Japanisch-Asiatische Kleinigkeiten

Tofu-Tempura (vegan)

6,90 €

Kross frittierter Tofu im hauchdünnen Tempurateig — leicht, luftig, knusprig

ZUTATEN — FÜR 2 PERSONEN

Fester Tofu*	300 g
Weizenmehl	80 g
Kartoffelstärke	40 g
Eiskaltes Wasser (oder Sprudelwasser)	160 ml
Backpulver	½ TL
Salz	1 Prise
Rapsöl zum Frittieren	1 L
Sojasauce	3 EL
Mirin	2 EL
Dashi-Pulver (vegan: Kombu-Dashi)	½ TL
Daikon-Rettich, gerieben	2 EL
Frühlingszwiebeln	2 Stück

ZUBEREITUNG

- 1 Tofu 30 min. in Küchenpapier einwickeln und pressen — so viel Flüssigkeit wie möglich entfernen. In 2×4 cm große Rechtecke schneiden.
- 2 Tempurateig: Mehl, Stärke, Backpulver und Salz trocken mischen. Eiskaltes Wasser zugeben und mit Stäbchen nur kurz verrühren — Klumpen sind erwünscht! Nicht übermischen.
- 3 Öl auf 175 °C erhitzen (Holzstäbchen-Test: sofort Blasen). Tofu-Stücke durch den Teig ziehen, abtropfen lassen, in Portionen 3–4 min. frittieren bis goldgelb-kross. Auf Küchenpapier abtropfen.
- 4 Tentsuyu-Dippsauce: Sojasauce, Mirin und 100 ml Wasser mit Dashi 2 min. erhitzen. Geriebenen Rettich und geschnittene Frühlingszwiebeln dazu. Sofort heiß servieren.

Küchentipp: Der Schlüssel zu perfekter Tempura ist die Temperatur: Teig muss eiskalt, Öl muss heiß sein. Eiswürfel in den Teig geben. Nie den Teig übermischen — die Klumpen aus nicht aufgelöstem Mehl sind genau richtig und geben die typische zarte, luftige Kruste.

Torikaraage

8,20 €

Japanisches frittiertes Hähnchen in Soja-Sake-Ingwer-Marinade — knuspriger als KFC

ZUTATEN — FÜR 2 PERSONEN

Hähnchenschenkel ohne Knochen*	300 g
Sojasauce	3 EL
Sake (oder trockener Sherry)	2 EL
Mirin	1 EL
Ingwer, frisch gerieben	1 TL
Knoblauch, gerieben	1 Zehe
Kartoffelstärke	5 EL
Rapsöl zum Frittieren	1 L
Zitrone	½ Stück
Mayonnaise (japanische, z.B. Kewpie)	2 EL

ZUBEREITUNG

- 1 Hähnchen in mundgerechte 3×4 cm Stücke schneiden. Marinade aus Sojasauce, Sake, Mirin, Ingwer und Knoblauch mischen. Hähnchen mindestens 30 min., besser 2 Std. marinieren.
- 2 Überschüssige Marinade abschütteln. Jedes Stück großzügig in Kartoffelstärke wälzen — gleichmäßig, von allen Seiten.
- 3 Öl auf 170 °C erhitzen. In Portionen 5–6 min. frittieren bis dunkelgolden. Herausnehmen, 2 min. ruhen lassen.
- 4 Zweites Frittieren: Öl auf 190 °C erhitzen, Hähnchen nochmals 90 Sek. frittieren — das macht es extra kross. Auf Küchenpapier abtropfen, mit Zitrone und Kewpie servieren.

Küchentipp: Das doppelte Frittieren (Doppelfrittage) ist das japanische Geheimnis für übernatürliche Knusprigkeit. Das erste Frittieren gart das Fleisch, das zweite bei höherer Hitze karamellisiert die Stärke zu einer unlösbar knusprigen Schicht. Kartoffelstärke statt Mehl ist entscheidend — sie gibt eine leichtere, knusprigere Kruste als Weizenmehl.

Gyoza (vegan)

8,90 €

Gebratene Teigtaschen mit Gemüsefüllung — knusprig unten, zart oben

ZUTATEN — FÜR 2 PERSONEN

Gyoza-Teigblätter (Asialaden, rund, ø 9 cm)	20 Stück
Weißkohl	150 g
Shiitake-Pilze	80 g
Karotte	1 Stück
Ingwer, frisch	1 TL
Knoblauch	2 Zehen
Sesamöl	1 TL
Sojasauce	2 EL
Salz	½ TL
Rapsöl	2 EL
Wasser	80 ml
Reisessig	2 EL
Chiliöl	1 TL

ZUBEREITUNG

- 1 Füllung: Weißkohl sehr fein hacken, mit ½ TL Salz mischen, 10 min. ziehen, dann fest ausdrücken. Pilze und Karotte fein hacken. Alles mit Ingwer, Knoblauch, Sesamöl und Sojasauce mischen.
- 2 Teigblatt in die Hand legen, 1 TL Füllung in die Mitte. Rand mit Wasser befeuchten, zur Hälfte falten. Rand mit Fingern in 5–6 Falten legen (Plissee-Technik) und fest verschließen.
- 3 Öl in einer Pfanne erhitzen, Gyoza in einer Lage hineinstellen. Bei mittlerer Hitze 2 min. braten bis die Unterseite goldbraun ist.
- 4 Wasser zugießen (vorsicht: spritzt!), Deckel drauf, 5–6 min. dämpfen bis das Wasser verdampft ist. Deckel ab, nochmals 1 min. kross braten. Mit Essig-Sojasauce und Chiliöl servieren.

Küchentipp: Die Potsticker-Methode (erst braten, dann dämpfen, dann nochmals braten) gibt die perfekte Kombination: kross-goldene Unterseite, zarter Teig oben. Die Füllung muss wirklich trocken sein — ausgepresstes Wasser ist entscheidend, sonst weicht der Teig durch.

Há cảo — Gedämpfte Reismehl-Teigtaschen mit Garnele

9,50 €

Die Dim-Sum-Königin aus Hongkong — hauchdünner Reismehlteig, gefüllt mit Garnelen und Karotte

ZUTATEN — FÜR 2 PERSONEN

Garnelen, geschält und entdarnt*	200 g
Karotte	1 Stück
Bambussprossen (Dose)	50 g
Ingwer, frisch	½ TL
Sesamöl	1 TL
Sojasauce	1 EL
Stärke	1 TL
Salz, weißer Pfeffer	nach Geschmack
Weizenmehl (Type 400)	100 g
Kartoffelstärke	30 g
Kochendes Wasser	130 ml
Sesamöl für Teig	1 TL

ZUBEREITUNG

- 1 Füllung: Garnelen grob hacken (nicht zu fein — Stücke sollen erkennbar sein). Karotte sehr fein würfeln, Bambussprossen hacken. Mit Ingwer, Sesamöl, Sojasauce und Stärke mischen. 20 min. kühlen.
- 2 Teig: Mehl und Stärke mischen, kochendes Wasser und Sesamöl zugießen, sofort mit einem Löffel verrühren, dann 5 min. kneten bis glatter, nicht-klebriger Teig entsteht. In Folie 15 min. ruhen.
- 3 Walnussgroße Teigstücke abdrehen, auf geölter Fläche sehr dünn ausrollen (1–2 mm). Füllung in die Mitte, zu Halbmond falten und Rand fest andrücken (Rüschen optional).
- 4 Im Bambus-Dämpfer (oder über kochendem Wasser) auf geöltem Pergament 7–8 min. dämpfen bis Teig transparent-perlmutterartig wird. Sofort mit Sojasauce und Chiliöl servieren.

Küchentipp: Der Teig aus kochendem Wasser (Brühteig) ist das Geheimnis der transparenten Dim-Sum-Hülle. Das Wasser muss wirklich kochend heiß sein — es gelatiniert die Stärke und gibt dem Teig seine charakteristische Glätte. Wer keine Dämpfkörbe hat: Ein Sieb über einen Topf mit Wasser funktioniert genauso.

Garnelen-Ceviche

9,80 €

Japanisch inspirierte Ceviche mit Garnele, Mandarine, Yuzu, Ingwer und Koriander

ZUTATEN — FÜR 2 PERSONEN

Garnelen, roh, geschält*	200 g
Yuzu-Saft (oder ½ Zitrone + ½ Limette)	3 EL
Mandarinen-Saft, frisch	4 EL
Ingwer, frisch gerieben	1 TL
Chili, frisch	1 Stück
Koriander, frisch	½ Bund
Frühlingszwiebeln	2 Stück
Sesamöl	1 TL
Sojasauce	1 TL
Mandarinenfilets	2 Mandarinen
Sesam, geröstet	1 EL
Fleur de Sel	nach Geschmack

ZUBEREITUNG

- 1 Garnelen schmetterlingartig aufschneiden (der Länge nach fast durchschneiden und aufklappen). In kochendem Salzwasser 60 Sekunden blanchieren — sie sollen gerade eben gar und zart rosé sein. Sofort in Eiswasser abschrecken.
- 2 Leche de tigre: Yuzu-Saft, Mandarinen-Saft, Ingwer, Chili (entkernt), Sojasauce und Sesamöl mischen. Mit Salz abschmecken.
- 3 Mandarinenfilets filetieren (weiße Haut entfernen). Frühlingszwiebeln schräg in Ringe schneiden. Koriander grob zupfen.
- 4 Garnelen in Glasschälchen anrichten, Leche de tigre angießen, Mandarinen-Filets und Koriander darüber, Frühlingszwiebeln, Sesam und Fleur de Sel. Sofort servieren — die Säure gart beim Warten weiter.

Küchentipp: Yuzu ist eine japanische Zitrusfrucht mit einem einzigartigen Duft zwischen Grapefruit, Zitrone und Mandarine. Yuzu-Saft gibt es als Flasche im Asialaden. Er ist die Seele dieser Ceviche — ohne Yuzu ist es eine gute Ceviche, mit Yuzu ist es eine außergewöhnliche. Das Schmetterling-Schneiden der Garnelen gibt mehr Fläche für die Marinade.

Saté — Hähnchen-Spieße mit Yakitori-Sauce

8,50 €

Asiatische Grillspießezelig;e mit karamellisierter Soja-Mirin-Tare-Glasur

ZUTATEN — FÜR 2 PERSONEN

Hähnchenbrust oder -schenkel*	300 g
Sojasauce	4 EL
Mirin	3 EL
Sake	2 EL
Zucker	1 EL
Frühlingszwiebeln (nur weißer Teil)	4 Stück
Sesam, geröstet	1 EL
Holzspieße (eingeweicht)	8 Stück

ZUBEREITUNG

- 1 Yakitori-Tare: Sojasauce, Mirin, Sake und Zucker in einem kleinen Topf aufkochen, 8–10 min. bei mittlerer Hitze einkochen bis sirupartig-karamellisiert. Abkühlen lassen.
- 2 Hähnchen in 2 cm große Würfel schneiden. Im Wechsel mit Frühlingszwiebelstücken auf Spieße stecken.
- 3 Grillpfanne oder Grill auf höchste Stufe erhitzen. Spieße ohne Sauce 2–3 min. je Seite grillen bis sie schöne Röststreifen haben.
- 4 Mit Yakitori-Tare bepinseln, nochmals 30 Sek. je Seite — die Sauce karamellisiert sichtbar. Nochmals bepinseln, nochmals kurz grillen (insgesamt 2–3 Schichten). Mit Sesam bestreuen.

Küchentipp: Das Geheimnis echter Yakitori-Tare ist die Einkochung: Sie muss wirklich dickflüssig werden wie leichter Sirup. In Tokio hängen Yakitori-Restaurants ihre Tare-Töpfe über Generationen auf — je älter die Tare, desto tiefer das Umami. Mehrfaches Bepinseln und kurzes Karamellisieren ist der Schlüssel zur lackhaften Glanzschicht.

Thunfisch-Tataki

12,50 €

Kurz angebratenes Thunfischfilet* — mit Ponzu-Sauce und Sesam

ZUTATEN — FÜR 2 PERSONEN

Thunfischfilet (Sushi-Qualität)*	300 g
Schwarzer und weißer Sesam	3 EL
Rapsöl	1 EL
Sojasauce	3 EL
Yuzu-Saft oder Zitronensaft	2 EL
Mirin	1 EL
Daikon-Rettich	80 g
Frühlingszwiebeln	2 Stück
Ingwer, frisch	1 TL
Microgreens oder Kresse	zum Garnieren

ZUBEREITUNG

- 1 Thunfisch trocken tupfen. Sesam auf einem Teller mischen. Fischfilet von allen langen Seiten im Sesam wälzen — er soll vollständig bedeckt sein.
- 2 Rapsöl in einer gusseisernen Pfanne auf höchster Stufe erhitzen bis es raucht. Thunfisch je langer Seite 20–30 Sekunden scharf anbraten. Die Kerntemperatur bleibt roh — nur die äußerste Schicht wird weiß.
- 3 Sofort aus der Pfanne, auf Küchenpapier 1 min. ruhen. In 5–7 mm dicke Scheiben schneiden.
- 4 Ponzu: Sojasauce, Yuzu-Saft und Mirin mischen. Auf Tellern anrichten mit geriebenem Daikon, Frühlingszwiebeln und Microgreens. Ponzu direkt auf dem Teller angießen, nicht über den Fisch.

Küchentipp: Tataki bedeutet 'angeschlagen' — das Fleisch wird nur kurz von außen gegart, innen bleibt es roh. Sushi-Qualität ist ein Muss: Der Fisch muss für den Rohverzehr geeignet sein. Ein Infrarot-Thermometer ist nützlich: Die Kerntemperatur sollte nach dem Braten nicht über 10–15 °C gestiegen sein. Das Schockabkühlen in Eiswasser nach dem Braten (optional) stoppt die Hitze sofort.

Tonkatsu

11,50 €

Paniertes Kleeschwein in japanischer Panko-Panade — mit Pflaumensauce und Weißkohlsalat

ZUTATEN — FÜR 2 PERSONEN

Schweinekarree (Kotelett ohne Knochen)*	2 x 140 g
Panko-Semmelbrösel (grob)	100 g
Weizenmehl	3 EL
Eier*	2 Stück
Salz, weißer Pfeffer	nach Geschmack
Rapsöl	400 ml
Weißkohl, sehr fein gehobelt	200 g
Reisessig	1 EL
Sesam	1 EL
Tonkatsu-Sauce (oder: 2 EL Worcestersauce + 1 EL Ketchup + 1 TL Sojasoße)	4 EL

ZUBEREITUNG

- 1 Schweineschnitzel zwischen Frischhaltefolie flach klopfen (1,5 cm). Rundum salzen und pfeffern.
- 2 Klassische Panierung: Mehl → Ei → Panko. Das Schnitzel soll vollständig in Panko eingehüllt sein — leicht andrücken damit er haftet.
- 3 Öl auf 170 °C erhitzen. Schnitzel 4–5 min. pro Seite frittieren bis tiefgolden. Herausnehmen, auf Rost (nicht Küchenpapier!) abtropfen lassen — der Dampf soll entweichen.
- 4 Weißkohlsalat: Sehr fein gehobelten Kohl mit Reisessig, Sesam und Salz anmachen. Tonkatsu in 2 cm breite Streifen schneiden, auf dem Kraut anrichten. Tonkatsu-Sauce separat dazu.

Küchentipp: Panko sind japanische Semmelbrösel mit besonders groben, flockigen Krumen — sie geben eine viel luftigere, knusprigere Kruste als normale Brösel. Auf dem Rost abtropfen lassen ist wichtig: Auf Küchenpapier liegt der Boden im Dampf und wird weich. Das Schnitzel in Streifen schneiden macht es leichter zu essen und das Innere sieht appetitlich aus.

CrispyEbi

11,50 €

Tempura-Garnelen auf grünem Salat mit pikanter Mayonnaise und Yuzu-Trüffel-Dressing

ZUTATEN — FÜR 2 PERSONEN

Garnelen (groß, roh, ungeschält)*	8 Stück
Tempurateig (wie Tofu-Tempura)	1 Portion
Rapsöl zum Frittieren	1 L
Gemischter Blattsalat	100 g
Mayonnaise (Kewpie)	3 EL
Sriracha	1 TL
Sesamöl	½ TL
Yuzu-Saft	1 EL
Trüffelöl	½ TL
Reisessig	1 TL
Salz	nach Geschmack
Sesam, geröstet	1 EL
Frühlingszwiebeln	1 Stück

ZUBEREITUNG

- 1 Garnelen schälen, Schwanz dran lassen. Längs einschneiden (Schmetterling) und den dunklen Darm entfernen. Gerade strecken und leicht flach drücken.
- 2 Pikante Mayonnaise: Kewpie, Sriracha und Sesamöl verrühren. Yuzu-Trüffel-Dressing: Yuzu-Saft, Trüffelöl, Reisessig und Salz mischen.
- 3 Garnelen durch den Tempurateig ziehen, am Schwanz halten. Öl auf 175 °C. Je 2–3 min. frittieren bis leuchtend goldgelb und kross. Sofort servieren.
- 4 Salatbett mit Yuzu-Trüffel-Dressing anmachen. Garnelen darauf anrichten, pikante Mayo in Zickzacklinien darüber spritzen. Mit Sesam und Frühlingszwiebel-Ringen bestreuen.

Küchentipp: Kewpie ist japanische Mayonnaise mit Reisessig und Ei-Eigelb — cremiger und umami-reicher als europäische Mayo. Sie ist online und in Asialäden erhältlich und der Unterschied ist enorm. Trüffelöl sehr sparsam dosieren: Zu viel übertönt den Yuzu. Der Schwanz bleibt an der Garnele als 'Griff' beim Frittieren und sieht elegant aus.