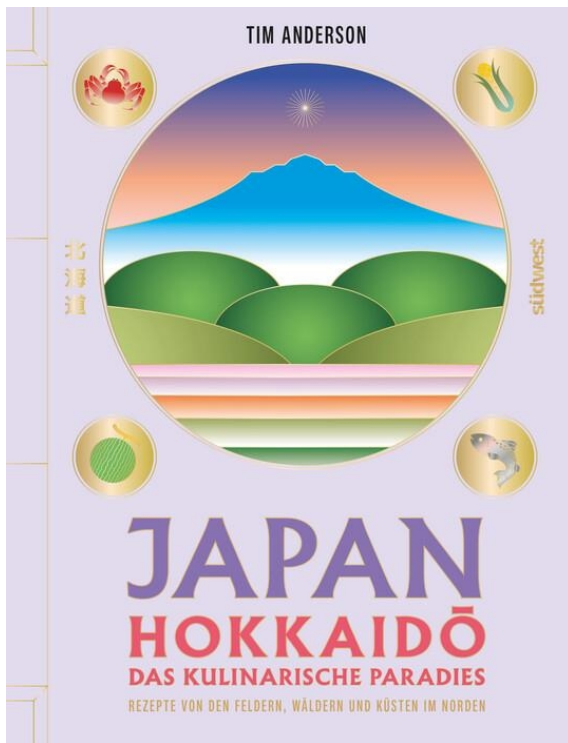




Leseprobe

Tim Anderson

JAPAN, Hokkaidō das kulinarische Paradies

Rezepte von den Feldern, Wäldern und Küsten im Norden - DAS Kochbuch zu Japans kulinarischem Hotspot von Insider Tim Anderson

Bestellen Sie mit einem Klick für 35,00 €



Seiten: 256

Erscheinungstermin: 10. September 2025

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

www.penguin.de

Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

Zum Buch

Willkommen auf Hokkaido!

Hokkaido ist die nördlichste Insel Japans und bekannt für hervorragende Lebensmittel und ihre herausragende Essenskultur, die sogar in Japan einmalig ist. Hier vereinen sich europäische Landwirtschaftskultur, traditionelle und moderne japanische Küche mit der regionalen Ainu-Gastronomie aufs Feinste. Tim Anderson nimmt Sie mit auf eine kulinarische Reise durch die Präfektur mit unwiderstehlichen Rezepten und aufschlussreichen und zugleich unterhaltsamen Reiseberichten. Die profunde Einführung in die Ainu-Küche mit Originalrezepten des bekannten **Ainu-Kochs Hiroaki Kon** macht Appetit auf mehr. Entdecken Sie Gerichte wie *Mais mit Sojasaucen-Butter*, *in der Schale gegrillte Krabbe* oder *Sapporo-Miso-Ramen*. Natürlich finden sich auch regionaltypische und ausgefallene Leckereien wie *Melonengelee*, »*Schneeschmelz-Käsekuchen*« und *Geschichtetes Milchbrot* in diesem einmaligen Koch-Reise-Bilderbuch. Hokkaidō steckt voller Köstlichkeiten und ist eine **Hommage an eine der aufregendsten kulinarischen Regionen der Welt**.



Autor

Tim Anderson

Seit seinem Sieg bei *MasterChef* hat Tim Anderson eine beeindruckende Karriere hingelegt. Er ist Autor von acht Kochbüchern über die japanische Küche, war Gründer des japanischen Soulfood-Restaurants *Nanban* in Brixton und ist regelmäßiger Gast in der BBC Food-Show *The Kitchen Cabinet*, zudem ist er

**FÜR TIG UND FELIX
MÖGET IHR EUCH EINES TAGES VERLIEBEN**

TIM ANDERSON

JAPAN HOKKAIDŌ

DAS KULINARISCHE PARADIES

REZEPTE VON DEN FELDERN, WÄLDERN UND KÜSTEN IM NORDEN

südwest

HOKKAIDO AUF DER KARTE



INHALT

IRANKARAPTE! WILLKOMMEN AUF HOKKAIDO

6

DIE AINU-KÜCHE

14

BEILAGEN & SNACKS

46

HAUPTGERICHTE

114

SÜSSES

190

GRUNDREZEPTE

222

ANMERKUNGEN & ZITIERTE LITERATUR

244

ÜBER DEN AUTOR

248

REGISTER

249

● ABASHIRI
S. 48

● KUSSHARO-SEE
S. 44

● AN-SEE
S. 100

NEMURO

● KUSHIRO
S. 216

● AKKESHI-SEE

IRANKA

WILLKOMMEN

RAPTE! ☆

☆»Hallo!« auf Ainu

AUF HOKKAIDO

北海道へようこそ

KEIN GRENZLAND

NEUAUSRICHTUNG DER JAPANISCHEN KÜCHE

Es ist schon verlockend, Hokkaido – die nördlichste Insel Japans – als Grenzland zu bezeichnen. So zumindest tut es der Touristenverband der Insel; nicht selten prangt über den Fotos der unbestreitbar malerischen Landschaft der stolze Slogan: »Die Nordgrenze Japans«. Offiziell Anspruch auf die Insel erhob die kaiserlich japanische Regierung 1869, ein Jahr nach der Meiji-Restauration. Ein Vergleich zwischen Hokkaido und dem amerikanischen Westen liegt da nahe – die Herrscher Japans wollten ihre Macht konsolidieren, ihr Land gegen Russland absichern und das japanische Reich zu dem machen, als das wir es heute kennen. Ich muss zugeben, dass mir historische Karten Japans ohne Hokkaido immer komisch vorkommen – als fehlte dem Land der Kopf.

Auch ich habe bei Hokkaido oft an ein Grenzland gedacht, bin mir aber der Erklärung des Historikers Brett L. Walker bewusst, warum das problematisch sein könnte. In seinem Buch *The Conquest of Ainu Lands* schreibt er:

»... durch dieses begriffliche Hilfsmittel – die Vorstellung der Grenze – wird Ezo [so Hokkaidos Name vor der Meiji-Zeit] marginalisiert ... Handel, kulturelle Interaktion sowie wirtschaftliches und staatliches Wachstum in Ezo werden oft als Teil des japanisch nationalen Fortschritts ausgegeben, statt als Eroberung der Heimat der Ainu gesehen zu werden.«¹

Hokkaido als Grenzland zu verstehen heißt, die Insel als historisch gesehen leer darzustellen, als Land, das von der kaiserlichen Regierung schlicht »entdeckt« wurde. In Wirklichkeit aber war Hokkaido da schon seit Jahrhunderten die Heimat der Ainu und anderer indigener Gruppen. Man hat ihnen ihr Land genommen und sie gezwungen, sich in die japanische Gesellschaft einzugliedern – mittels einer Reihe harter Gesetze, die die Ausübung der kulturellen Praktiken der Ainu unter Strafe stellten.

Als Student habe ich ebenfalls mehr oder weniger an das Mainstream-Narrativ der kaiserlichen »Entwicklung« (*kaitaku*) Hokkaidos geglaubt. Sehr einprägsam wurde mir dieses auf einer Forschungsreise 2005 ausgerechnet im Sapporo Beer Museum illustriert: Bei der Brauereiführung bekommen die Besucher die Geschichte des modernen Hokkaidos in glorifizierender Dioramenform erzählt. An einem perlenden Bierfluss, der für die Triebkraft der Geschichte steht, sind Abbildungen von Ackerbau, Braukunst und Städtebau zu sehen – die Umwandlung von getrocknetem Getreide und Pflanzen voller Bitterstoffe in köstliches Lager als Metapher für die Umwandlung ungezähmten Landes in Zivilisation.

Es ist nur allzu leicht, sich von diesem Bierfluss mitreißen zu lassen, vom Gefühl des Unternehmungsdrangs und Bestrebens, das an das inoffizielle Motto Hokkaidos erinnert:

»JUNGS, SEID EHRGEIZIG!« 「少年よ、大志を抱け!」

Die berühmten Worte stammen von William S. Clark, einem amerikanischen Professor, der von der japanischen Regierung engagiert wurde, um in

den 1870er-Jahren die Leute mit den landwirtschaftlichen Methoden des Westens vertraut zu machen und bei der Gründung des Sapporo Agricultural College (heute die Hokkaido-Universität) zu helfen. Dr. Clark wurde zum Symbol des Pioniergeists von Hokkaido: In der ganzen Präfektur stößt man immer wieder auf Gebäude, die seinen Namen, auf Büsten und Statuen, die sein Konterfei tragen.

Die berühmteste dieser Statuen befindet sich auf dem Aussichtshügel Hitsujigaoka in Sapporo, in ihren Sockel ist das berühmte Zitat eingraviert. Der in Bronze gegossene Clark wirkt überlebensgroß, sein ausgestreckter Arm weist in Richtung Zukunft, sein Mantel flattert im Wind wie der Umhang eines Superhelden. Die in einem stetigen Strom ankommenden Busse speien Touristen und Schülergruppen aus, die sich vor Clarks ikonischem Abbild fotografieren lassen wollen. So stehen sie dann da und ahmen voller Stolz seine Pose nach, ergriffen von den bewegenden Worten: »Jungs, seid ehrgeizig!«

Die kulinarische Landschaft Hokkaidos, wie wir sie heute kennen, ist das Produkt vieler ehrgeiziger Jungs und ihrer Bemühungen, die Insel innerhalb der breiteren militärisch-industriellen Expansion Japans zu kolonialisieren, zu monetarisieren und zu befestigen. Viele der Dinge, für die Hokkaido heute am bekanntesten ist – Milch, Lammfleisch, Mais und Bier, um nur einige zu nennen –, sind der Landwirtschaft im europäischen Stil geschuldet, die Clark und seine Zeitgenossen eingeführt haben, um das Beste aus einem Klima und Terrain zu machen, die für den Reisanbau überwiegend ungeeignet sind.

Lebensmittel wie diese waren es, die mein anfängliches Interesse an Hokkaido weckten. Sie erinnerten mich an meine Heimat Wisconsin, »America's Dairyland«, das Molkereiland Amerikas – und an den Mythos des Ehrgeiziges: das Land zu kultivieren, um Geld zu machen und Käse zu essen. Der amerikanische Traum! Es kam mir alles nur allzu bekannt vor. Sogar das knackige Motto Wisconsins erinnert an Clark: »Vorwärts!«



Aber man muss natürlich nicht aus Wisconsin kommen, um Hokkaido und seine Küche zu schätzen. Süße Melonen, die frischsten Krabben, ein ganzes Universum an buttrigem Gebäck ... die Aufzählung ließe sich beinahe endlos fortsetzen. In diesem Land reich an großartigem Essen ist Hokkaido der Ort, an dem ich am liebsten esse.

Ich bin ein eher ängstlicher Mensch und ein emotionaler Esser – Dinge, die man nicht unbedingt sofort miteinander verbinden würde, die häufig aber zusammen auftreten. Für mich hat Essen die Macht, mich für einen Augenblick aus meinem eigenen Gedankenkarussell zu entführen, meine Aufmerksamkeit ganz auf den Teller vor mir zu lenken. Und auf Hokkaido könnte sich auf diesem Teller ein üppiger Karamell-Walnuss-Kuchen, Ramen mit einem Topping aus kochend heißem Schweineschmalz oder *mefun* (intensiv salzige Lachsnieren) befinden. Ich esse und mache mir einen Moment lang keine Sorgen. Dafür liebe ich dieses Essen.

Solcher Eskapismus ist toll, aber warum sollte man sich damit zufriedengeben? Man kann die stimmungsverändernde, sinnliche Magie des Essens genießen und sich gleichzeitig mit den Geschichten dahinter beschäftigen. Manchmal brechen einem diese Geschichten das Herz – etwa die Geschichte der Vertreibung und Entrechtung der Ainu. Aber dieses Wissen bringt weitere Gelegenheiten mit sich: die Gelegenheit zu lernen, das Verständnis für diese Kultur zu erweitern und zu vertiefen.

Hin und wieder versucht man, die Bedeutung des kulinarischen Outputs von Hokkaido durch dessen Einfluss auf die japanische Mainstream-Küche zu definieren. Ein häufig zitiertes Beispiel dafür ist, wie der Export von Kombu aus Hokkaido nach Kyoto zu einer der wichtigsten Säulen der japanischen Gastronomie wurde. Doch hat Hokkaido es nicht nötig, sich auf diese Weise zu rechtfertigen. Das Essen Hokkaidos ist nicht aufgrund dessen wichtig, wie es andernorts rezipiert wurde, sondern aufgrund dessen, wie es die Menschen auf Hokkaido ernährte. Wir haben lediglich das Privileg, daran teilnehmen und daraus lernen zu dürfen.

ÜBER DIESES BUCH

Man könnte über jede Kategorie des Essens auf Hokkaido – Ramen, Suppencurry, Ainu-Küche, Käse etc. – ein eigenes Buch schreiben und würde dennoch nicht schaffen, alles abzudecken. Deshalb ist auch dieses Buch keineswegs als umfassend anzusehen.

Aus der Perspektive eines Einheimischen mangelt es hier vielleicht an Hokkaido-Hausmannskost, während Omiyage (siehe S. 205) und Restaurantgerichte zu sehr betont werden. Aus der Perspektive des Besuchers fehlt möglicherweise etwas anderes – etwa Gerichte von berühmten Orten wie Otaru oder Niseko. Zudem wird die Welt der Ainu-Küche, ein an sich kaum überschaubares Thema, hier gerade einmal vorgestellt (siehe S. 17–43). Deshalb finden Sie auf Seite 244 weiterführende Quellen.

Die Rezepte fallen überwiegend in zwei Kategorien. Die erste Kategorie besteht aus regionalen Gerichten mit vielen Varianten. Bei diesen habe ich versucht, ein Rezept zu entwickeln, das diese Varianten miteinander verbindet, um eine repräsentative Version des Gerichts zu schaffen. Die Rezepte der anderen Kategorie könnten als Hommagen oder Nachahmungen bezeichnet werden: Sie basieren auf Gerichten, die es nur in bestimmten Restaurants gibt. Die Versionen hier stellen meine Versuche dar, die Gerichte so akkurat wie möglich nachzubilden.

Die Vertrautheit mit japanischen Zutaten und grundlegenden Techniken wird vorausgesetzt. Sollten Sie auf Begriffe stoßen, die Sie nicht kennen, können Sie sie im Internet nachschlagen.

Die in diesem Buch verwendeten Wörter aus der Ainu-Sprache wurden gemäß dem Standard des National Ainu Museum romanisiert. Allerdings muss angemerkt werden, dass dieser Standard der japanischen Romanisierung hinsichtlich der Aussprache nicht entspricht und dass Ainu eine geografisch vielfältige Sprache mit vielen Varianten ist. Selbst die rudimentärste Einführung in die Ainu-Sprache würde den Rahmen dieses Buchs sprengen, doch wenn Sie sich dafür interessieren, kann ich Ihnen Kane Kumagais »Ainu for Beginners« empfehlen, das Sie auf [unilang.org²](#) finden.

DANKSAGUNG

Dieses Buch wäre ohne die harte Arbeit und die Großzügigkeit sehr vieler Menschen nicht möglich gewesen, und so möchte ich diesen Menschen einmal an dieser Stelle, ganz vorn im Buch, danken.

Zunächst Miho Oguri von der Japan National Tourism Organization (JNTO). Miho hat sich so engagiert für dieses Buch und die Recherche dafür eingesetzt, dass es nur fair ist, sie Partnerin zu nennen. Miho, ich bin sehr dankbar für deine Hilfe und hoffe, ich habe dich stolz gemacht.

Zudem hat Miho die Verbindung zu meinen Visa-Sponsoren hergestellt: Michael Stock von Japan-San und Hideo Shōji sowie Mari Momiki von Mitate. Tausend Dank für eure Gastfreundschaft – echtes, bewegendes *omotenashi*. Ich werde mich immer an die intensive Zeit mit euch erinnern.

Meine Recherchen wären sträflich unvollständig, beinhalteten sie nicht die Blickwinkel der Ainu und der Menschen, die die Ainu-Küche von Grund auf kennen. Hier möchte ich vor allem Ryōko Tahara, Akira Toko, Yoshifuru Gōkon, Hiromi Isori, Keiko Saitō und Hiroaki Kon danken. Die Einblicke, die ihr mir gewährt habt, haben mir ein tieferes und nuancierteres Verständnis der Ainu-Küche vermittelt. Ich schätze eure Ehrlichkeit und eure persönlichen, geduldigen Antworten auf meine Fragen. Mein aufrichtiger Dank gilt darüber hinaus Dr. Mio Yachita und Tomoko Ōkawa vom Upopoy, dem Koch Yōsuke Mori sowie den Ainu-Kochlehrern des Upopoy (von denen ich nur die Spitznamen kenne: Arawanatuy Sensei und Riruyika Sensei), die mir so viel über Ainu-Gerichte, -Zutaten und -Techniken beigebracht haben.

Daneben war ich in Hokkaido immer wieder auf die Führung einheimischer Beamter angewiesen. In Shikabe gilt mein Dank Hajime Okada und Tasuku Kanazawa, die mir ihre wunderschöne Stadt gezeigt haben, Ōda-san, dem Kombu-Farmer, und Toshiko »Toshi-chan« Yoshida für ihre Chanchan-Yaki-Lektion. In Kushiro und Akan gilt mein Dank Yuki Ōno, der mich durch Schnee und Eis begleitet und mir geholfen hat, meine Neugier bezüglich des Essens der Einheimischen zu befriedigen; ohne ihn hätte ich mich an bestimmte Orte wahrscheinlich nicht getraut. Danke auch an Miyuki Kawase vom Crane Centre für ihre Zeit und ihr Wissen sowie an Ernest Mok und Ayaka Ōkawa für ihre Hilfe am Akan-See.

In Teshikaga gebührt mein Dank Yukiko Kobayashi, Satoko Sugaya und Kylie Clark dafür, dass sie mein Treffen mit Isori-san und Saitō-san sowie den Besuch des Kussharo-Sees möglich gemacht haben – wirklich eines der Highlights meines bisherigen Lebens. Kylie bin ich dankbar für die anhaltende Unterstützung meiner Arbeit, ob als Teil von Wondertrunk, Panttechnicon oder einem ihrer anderen Unternehmen.

In Sapporo und Ishikari möchte ich Phoenix Scotney, Shinobu Takafuji und Yukihiro Ōyama für alles danken, von den Erklärungen über die Planung bis zum Transport. In Abashiri danke ich Hiromi Yamashita und Yūko Higuchi für ihre Hilfe bei der Regelung von Dingen vor Ort. Und schließlich danke ich Misaki Teraoka sowie Chizuko Yamaguchi aus Wakkanai City und Kazuhito Takeguchi aus Rishiri für ihr herzliches und begeistertes Willkommen sowie Mia Takeshige für ihre Führung während der gesamten Reise.

