

# Leseprobe

Tim Anderson

## IZAKAYA

Einfach kochen und  
gemeinsam genießen - die  
besten Soulfood-Rezepte  
aus den Kneipen Japans

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 32,00 €



amazon.de

bücher.de

eBook.de

genialokal.de

Thalia

Hugendubel.de  
Das Lesen ist schön!

Weltbild.de

---

Seiten: 240

Erscheinungstermin: 01. Februar 2023

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# Inhalte

- Buch lesen
- Mehr zum Autor

## Zum Buch

---

### Geselliger Genuss

Tim Anderson entführt uns in seinem neuen Buch in die »Izakayas«, das sind, salopp übersetzt, die typisch japanischen Kneipen. Ursprünglich waren es einfache Sake-Läden, in denen man nicht nur trinken, sondern auch rasch etwas essen konnte – man könnte sie auch mit den spanischen Tapas-Bars vergleichen. Serviert werden authentische Gerichte mit unglaublich viel Geschmack, die in geselliger Runde genossen werden. Das Buch enthält über 100 Rezepte, alle in typischer Tim Anderson-Manier unwiderstehlich japanisch-europäisch interpretiert. Von Radieschen-Brunnenkresse-Salat über würzigen Sesam-Ramen-Salat bis hin zu Udon-Carbonara mit Speck-Tempura sind die Rezepte nicht nur echte Hingucker, sondern auch super einfach zuzubereiten. Man braucht dafür weder spezielles Kochgerät noch komplizierte Zutaten. Phantasievolle Desserts und Cocktails dürfen natürlich nicht fehlen – der japanischen Home-Party steht nichts mehr im Weg! Das perfekte Buch für alle, die mit minimalem Aufwand und maximalem Spaß für sich, Familie und Freunde japanisch kochen wollen.



### Autor

## Tim Anderson

---

Tim Anderson ist Koch, Autor und MasterChef-Champion. Er ist in Wisconsin geboren und aufgewachsen, studierte japanische Esskultur und lebte zwei Jahre in Japan. Nach seinem Umzug nach London gewann er 2011 MasterChef, was ihn zu einer der bekanntesten Stimmen Großbritanniens für japanisches Essen machte. 2013 eröffnete er das japanische Pop-up-Restaurant Nanban und Ende 2015 das gleichnamige Restaurant im Herzen von

FÜR LAURA, MEINEN ALLERLIEBSTEN KUMPEL BEIM  
ESSEN UND TRINKEN



**IZAKAYA**

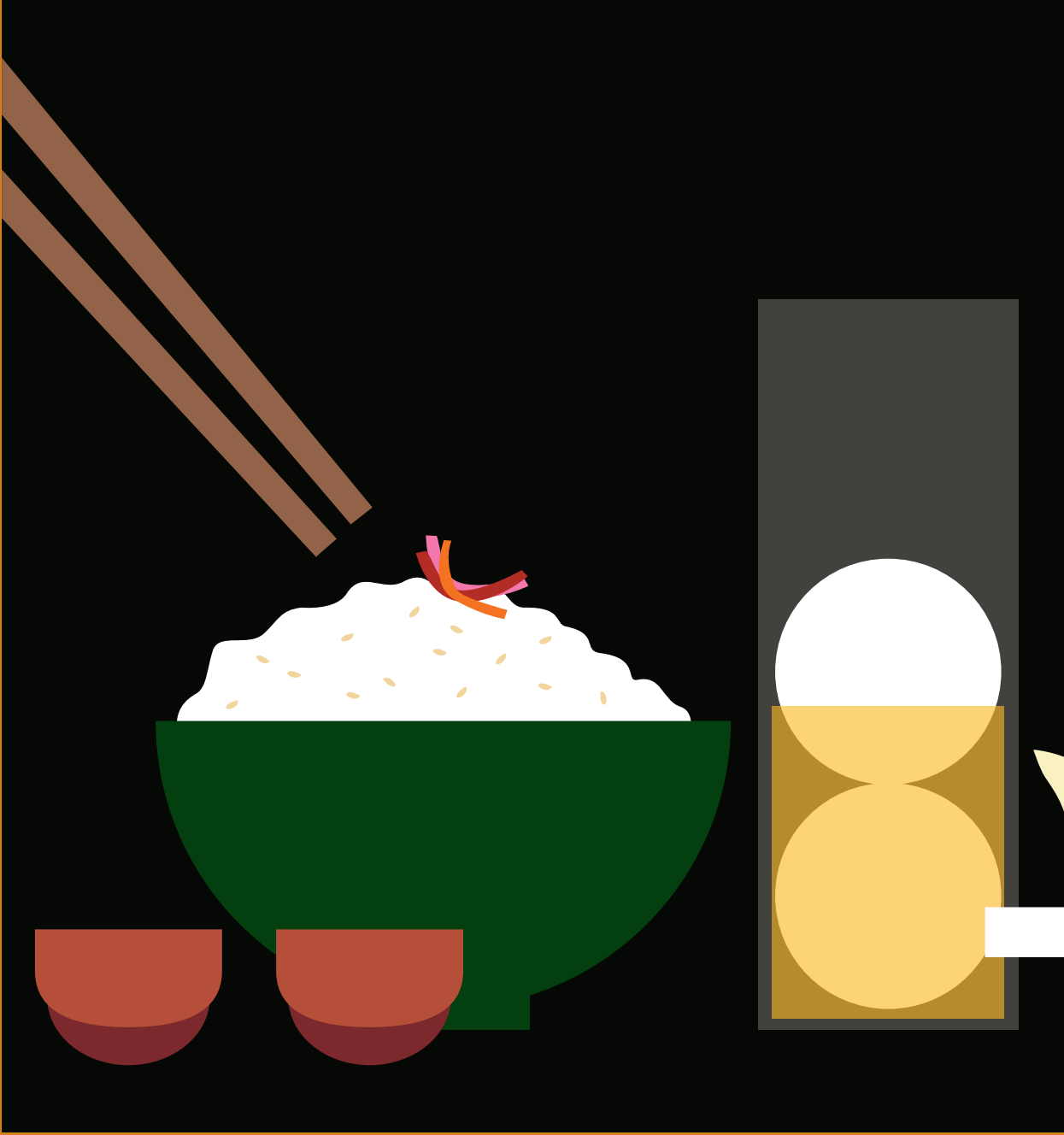
/izə'kɪə/

*Substantiv, aus dem Japanischen Izakaya 居酒屋*

Eine Art japanischer Bar, in der kleine Gerichte und Snacks serviert werden.  
Wörtlich übersetzt: ein Ort zum Verweilen und Trinken

# IHRE

ORIGINELLE UND EINFACHE REZEPTE,  
GEFUNDEN IN JAPANISCHEN BARS UND KNEIPEN



**HEIM.**



**IZAKAYA**

**TIM ANDERSON**

Vorwort  
7

Die Yuki-Bar hat geöffnet  
9

Über Omotenashi  
12

Einleitung  
15

Izakaya - ein Leitfadern  
16

Schlüsselbegriffe  
18

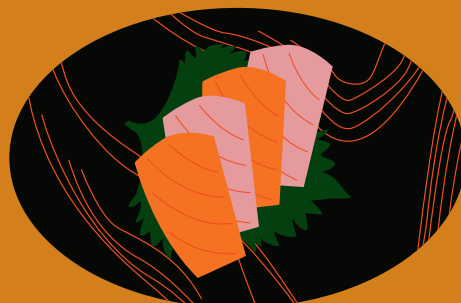
Unverzichtbare Izakaya-  
Zutaten  
21

Noch mehr Izakaya-  
Zutaten  
22

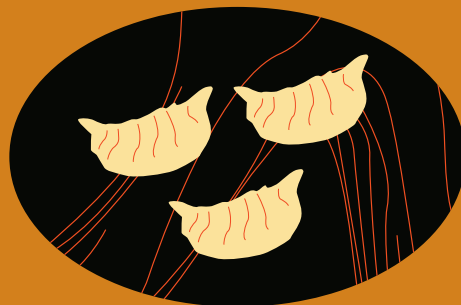
Zu den Rezepten  
26



## LEICHT & FRISCH 30



## FETT & KRÄFTIG 68



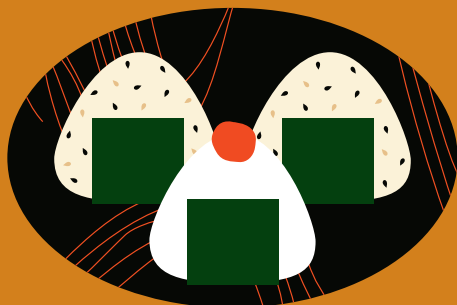
## KOCHEN AM TISCH 112



# SHIME: KOHLENHYDRATE

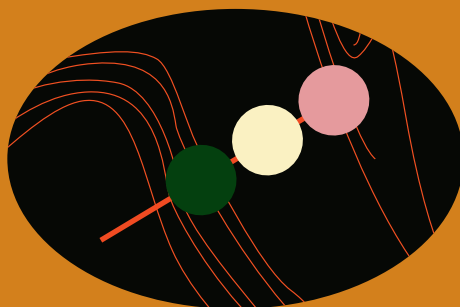
## HOCH 3

### 144



## SÜSSE SACHEN

### 188



## DRINKS

### 200



## GRUNDLAGEN

### 216



Nachwort 226

Quellen  
227

Danksagung  
229

Zum Autor  
230

Register  
232



# VORWORT

18. JUNI 2020

Während ich das schreibe, steuern wir gerade durch eine Pandemie, die die ganze Welt lahmlegt. Weil sämtliche Restaurants geschlossen sind, müssen wir uns wieder daran gewöhnen, zu Hause zu kochen. Für manche stellt sich das in erster Linie als eine lästige Pflicht oder gar als schieres Ärgernis dar – vor allem der Abwasch! Für mich aber ist es beinahe bedingungslose Freude. Ich genieße die Einfachheit von Hausmannskost ebenso wie die Freiheit, die sie mir bietet: Ich darf kreativ und leidenschaftlich kochen, ohne mir einen Kopf um zahlende Gäste machen zu müssen. Ich koche Gerichte, die ich schon immer gern gekocht habe. Ich probiere Speisen aus, die ich wahnsinnig gern esse, für deren Zubereitung mir aber bisher immer die Zeit fehlte. Und ich fahre völlig neue Sachen auf.

Da Reisen und Bewegung so massiv eingeschränkt sind, begehe ich in meiner Küche eine Art Realitätsflucht. Natürlich kann man sich nicht körperlich auf einen Nachtmarkt in Chiang Mai beamen, indem man *Khao Soi* isst. So wenig wie Proust das Altern rückgängig machen oder durch die Zeit reisen konnte, indem er eine Madeleine in seinen Tee tunkte. Aber geistig kann man sich durch Essen in andere Welten versetzen, und diese Reise kann eine tief greifende sein: Ich habe *Carnitas Tacos* zubereitet, die mich für Momente in eine Art Los-Angeles-Trance fallen ließen. Ich habe Kaninchen gegrillt und *Kiniee* dazu getrunken, um mich nach Malta zu flüchten, wo wir letztes Jahr im Urlaub waren. An dem Tag, an dem wir eigentlich in den Mittleren Westen hätten fliegen sollen, brachte ich eine für Chicago typische Deep Dish Pizza auf den Tisch. Und ich faltete mit Knoblauch gespickte, in Chiliöl gewendete Krabben-Teigtaschen, um mich in meine geliebten Szechuan-Restaurants zu

versetzen, die man verstreut überall in den Londoner Docklands findet. Doch lagen die Docklands jetzt außerhalb meiner Reichweite. Sie hätten genauso gut in China sein können.

Natürlich gelingt diese Flucht nicht immer. Man kann nicht wirklich die Umgebung herstellen, in der bestimmte Dinge gegessen werden. Meine To-do-Liste für die Zeit nach dem Lockdown reiht genau diese Erfahrungen auf: das Klicken der Esstäbchen auf Keramik in einem geschäftigen Dim-Sum-Restaurant, die plutokratischen Rotwein- und Sauce-béarnaise-Fluten in einem Steakhouse, den Jahrmarkt aus Rauch, Zucker, *Soju*-Sauce und Gewürzen, der koreanische Grillstände umlagert. Es gibt Dinge, denen man zu Hause einfach nicht gerecht werden kann.

Dazu gehört, so dachte ich, mein absoluter Lieblingsplatz, wenn's ums Essen geht: Izakaya. Ich hatte immer geglaubt, dass diese Mischung aus Kneipe, Bar und Imbiss zu speziell ist, um sie zu Hause nachstellen zu können. In Izakayas geht es um den Service, die Atmosphäre und vor allem darum, dass man sich einfach amüsieren kann, weil jemand anderes alle anfallenden Arbeiten übernimmt. In einer Izakaya muss man sich keine Gedanken über dreckiges Geschirr machen, das ist nicht Teil der Abmachung. Man muss sich auch nicht um Krabbelkinder kümmern. Man muss sich um nichts sorgen: Eine Izakaya ist die stressfreie Zone schlechthin. Wie kann man diesen Raum erreichen, ohne körperlich an diesen »dritten Ort« zu gelangen, der weder Arbeitsstätte noch Zuhause ist? Wie gelangt man in eine Izakaya, ohne in Tat und Wahrheit nach Japan zu fliegen? Es schien ziemlich lange unmöglich. Doch dann erinnerte ich mich an die Yuki-Bar.



# DIE YUKI-BAR HAT GEÖFFNET

Zur Vorbereitung auf dieses Buch führte ich mir meine besten Izakaya-Erlebnisse vor Augen. Es waren eine ganze Menge. Doch um ehrlich zu sein, sind meine konkreten Erinnerungen an die meisten eher diesig, verschwommen vom Alkohol, durch altersbedingte Rückbildung des Gehirns vernebelt. Doch eine Izakaya stach aus der unscharfen Masse meiner Erinnerungen heraus: die Yuki-Bar, die beste Kneipe aller Zeiten. Ich überlegte, ob es wirklich gute Izakayas hier in London gibt, doch das ist leider nicht der Fall. Das ist nicht die Schuld von Köchen oder Gastronomen, sondern es liegt daran, dass Izakayas in Japan aus allen möglichen Gründen einfach besser laufen. Trotzdem überraschte mich die Erkenntnis, dass meine bevorzugte Londoner Izakaya kein wirkliches Lokal ist, sondern die Mietwohnung meiner Freundin Yuki in Limehouse.

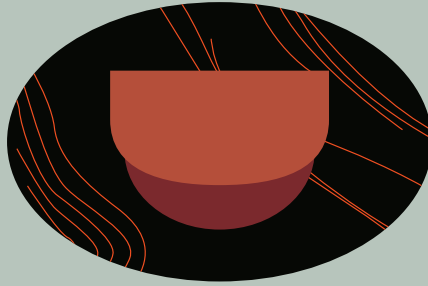
Was genau zeichnet die Yuki-Bar, wie sie sie nennt, aus? Erstens ist Yuki eine wirklich gute Köchin. Geradezu *unerfreulich* gut. Auf der Liste von Köchen, zu denen ich aufschaue, steht sie ganz oben.

Yuki ist im Süden Japans geboren und aufgewachsen, und sie kocht schon ihr ganzes Leben lang. Bereits mit fünf Jahren half sie ihrer Mutter in der Küche bei den langweiligeren Arbeiten, dazu gehörte – man höre und staune – das Ausnehmen von Fischen. Yuki schreibt es ihrer Mutter und ihren Großeltern zu, dass sie nicht nur die gängige japanische Küche beherrscht: Wann immer Yuki in einem Restaurant etwas besonders gut schmeckte, versuchte ihre Mutter, die Zutaten herauszufinden und das Gericht daheim nachzukochen. Yuki macht es heute genauso. Und weil sie eine lernbegierige, ernsthafte Köchin ist, schmeckt alles, was sie zwischen die Finger bekommt, beneidenswert köstlich.

Doch nicht nur ihre Speisen beeindruckten die Gäste, sondern auch ihre Großzügigkeit. Selbst wenn ich völlig unerwartet bei ihr hereinschneie, holt Yuki eine Platte mit Aufschnitt aus der Küche oder brät ein paar Gyoza-Teigtaschen aus dem Tiefkühler auf. Man hat den Mythos von *Omotenashi*, der japanischen Kultur der Gastfreundlichkeit, schon zu Tode geritten, doch das Klischee trifft öfter zu als erwartet.

Als ich Yuki fragte, ob ihre Familie ihr eine Art Schuldgefühl gegenüber Gästen eingepflegt habe, erklärte sie mir, Gäste zu bewirten sei mehr als eine Verpflichtung. Erstens herrsche in Japan kulturell bedingt die Erwartung, dass man Gästen etwas anböte. Umgekehrt gelte die unausgesprochene Regel, als Gast ein Geschenk mitzubringen. Dieses Geben und Nehmen sei so tief in der japanischen Gesellschaft verwurzelt, dass es völlig natürlich sei, eine Kleinigkeit für Besucher anzurichten. Bezogen auf *Omotenashi* meinte Yuki, dass man bei Freunden oder in einer Izakaya dieselbe aufmerksame Gastfreundschaft vorfinde wie in einer formelleren Umgebung, dass sich diese Gastlichkeit aber freundlicher, unangestrongter vollziehe. »Eine Izakaya ist wie ein Pub«, sagte sie, im Vergleich zu einer luxuriösen Cocktailbar: Erfahrung und Service seien im Grunde genommen gleich, aber »die Kommunikation mit der Person hinter dem Tresen verläuft in anderen Bahnen«.

Yuki ergänzte, dass es einfach falsch aussieht, wenn Menschen nur trinken, ohne dabei zu essen – als würde etwas fehlen. Sie gestand, dass sie als Leichtgewicht Alkohol pur sowieso nicht vertrage. Also bereite sie quasi aus Egoismus etwas zu essen zu. Und ich, als ihr Gast, heimse den Gewinn dabei ein. »Ich mache meist das, worauf ich Lust habe«, sagte



sie mit einem Lächeln. Gleichzeitig gab sie zu, reflexartig zu handeln, wenn sie für Gäste eine Kleinigkeit koche, eben weil sie es so gewöhnt sei – es sei die Norm in Japan.

Da fiel mir auf, dass ich in Japan nie Menschen beim Trinken gesehen hatte, die nicht gleichzeitig irgendetwas futterten. Sogar in den einfachsten Bars, die keine Küche hatten, bekam man wenigstens ein Schüsselchen mit Nüssen oder Reiscrackern, und das umsonst. Sogar die Tag und Nacht geöffneten kleinen Supermärkte oder Convenience Stores verkaufen ihr Dosenbier mitsamt aufgeklebten Snack-Päckchen. Wer lange genug in Japan lebt, entwickelt automatisch das Gefühl, dass Trinken pur einfach nicht hinhaut. »Getränke in Kombination mit Snacks liegen uns im Blut, in unseren Genen«, erklärte Yuki. Ihrer Meinung nach lässt sich ein Kneipenfeeling daheim ganz einfach erzeugen, man müsse nur »ein paar Häppchen vorrätig haben«: Schinken, eingelegtes Gemüse oder Käse – Kleinigkeiten, die den Gästen oder einem selbst das Gefühl vermittelten, umsorgt zu sein.

Natürlich muss ich noch eine weitere Schlüsselfigur für die Anziehungskraft der Yuki-Bar erwähnen: Yukis Partner Luke. Luke ist kein Japaner. Luke ist so weiß wie Mayonnaise, so britisch wie ein Brocken Wensleydale-Käse, und doch ist er es, der in der Yuki-Bar den Ton angibt. Die politische Journalistin Dahlia Lithwick schrieb einmal, es gebe nur zwei Arten von Menschen: die »Order Muppets«, die Ordnungsliebenden also, und die »Chaos Muppets«, die Chaoten. Vermutlich ahnen Sie

schon, in welche der Kategorien Luke bzw. Yuki fallen. Yuki ist eher eine Spaßbremse. Luke hingegen kann es gar nicht spaßig genug zugehen. Er hat einen Sinn für pikanten Humor sowie eine Vitrine voller feinsten Schnäpse, und er ist sehr freigiebig mit beidem. Als ich ihn fragte, was er zu der speziellen Stimmung in der Yuki-Bar beitrage, erwiderte er kurz »elektrische Schauer«, dann gackerte er los wie ein Verrückter.

Vor einigen Jahren kaufte Luke eine Neonreklame. Dieses Leuchtmittel rangiert ziemlich weit jenseits der Grenzen des guten Geschmacks. In strahlendem Blau und Gelb stellt es einen zunehmenden Mond mit menschlichem Gesicht dar, der in der Linken ein Tablett mit Gläsern und in der Rechten ein paar Spielkarten hält. Kurz: Es gehört zu den albernsten Objekten, die ich jemals gesehen habe. Unbestritten ist es aber auch von elementarer Komik. Zudem regt es Gespräche an: Wer es zum ersten Mal sieht, muss es einfach kommentieren. Und genau das macht eine gute Izakaya aus: Sie bildet eine unbeschwerte Atmosphäre für nichtiges Geschnatter.

Nicht jeder kann einen Luke und eine Yuki haben oder gar ein lächerliches Neonteil. Trotzdem zeigt die Yuki-Bar, dass wir uns auch zu Hause ein großartiges Kneipenerlebnis schaffen können. Alles, was wir dafür brauchen, ist etwas Köstliches zu essen, gute Gesellschaft und ein paar spezielle japanische Drinks, die beides unterstreichen.

Nichts davon ist unerreichbar.

# ÜBER OMOTENASHI

Omotenashi ist ein japanisches Konzept, das gern als Vorwegnahme beschrieben wird: Noch bevor der Gast ahnt, was er braucht, sind seine unausgesprochenen Wünsche schon erfüllt. Für mich bedeutet Omotenashi, dass ich mich rundum versorgt fühle; nicht auf eine sklavische, sondern auf eine ganzheitliche Art.

Manche Japaner sind der Ansicht, die Aufrechterhaltung dieser Kultur der Höflichkeit sei nervtötend oder bedrückend, für Kunden wie für Angestellte gleichermaßen. Das Mantra »Der Kunde ist Gott« beschreibt Omotenashi sowohl positiv als auch negativ. In seiner »Verteidigung von Omotenashi« erklärt der Autor Masaru Urano in der Zeitschrift *Metropolis*:

„Man kann Omotenashi sehr einfach mit der von der Konsumkultur erzwungenen Höflichkeit ›Der Kunde ist König‹ zusammenfassen. Trotzdem meine ich, wahres Omotenashi liegt woanders. Omotenashi oder eine reinere Form davon, findet man noch in zwanglosen Restaurants, den *Shokudos*, in familiär geführten Lebensmittelgeschäften und in den kleinen *Ryokans*, den Gasthöfen tief im Landesinneren. Man hört dort denselben Willkommensgruß oder *Irasshaimase*, aber er klingt weniger gezwungen als ernst gemeint. An diesen Orten kommen die Kunden mit den Angestellten zwanglos ins Gespräch, man tauscht den Klatsch und Tratsch des Viertels aus. An diesen Orten herrscht die ehrerbietigste Form der japanischen Sprache, *Keigo*. Doch das ältere Ehepaar, das den Laden betreibt, behandelt einen eher wie ein geschätztes Enkelkind als einen Gott.«

Dem stimme ich prinzipiell zu, würde aber hinzufügen, dass man wirkliches Omotenashi auch in Großstädten und in *Conbini*, den rund um die Uhr geöffneten Supermärkten, finden kann. Meine Frau Laura erzählt oft begeistert von ihrer sogenannten »Lawson Lady«, einer älteren Angestellten in dem kleinen Lawson-Markt ihres Viertels. Diese Dame war nicht nur freundlich und höflich, sondern warmherzig und fürsorglich. Sie verwickelte Laura in Gespräche und legte ihr gebratenes Huhn gratis auf den Teller, wenn Laura zum Mittagessen kam. Als Laura ihr berichtete, dass sie Japan verlassen und nach England zurückkehren würde, kamen dieser Lady die Tränen. Wie bezaubernd ist das?

Uranos Lob eines zwanglosen, von Herzen kommenden Omotenashi ist absolut angebracht, finde ich – für mich klingt es genau nach der Art von Gastfreundschaft, die man in einer *Izakaya* oder bei Freunden spürt.

Der berühmte spanische Koch José Pizarro erzählte mir einmal, dass er sein Restaurant als sein Haus betrachte und seine Gäste als seine Freunde. Das ist ein liebenswerter Gedanke – doch wirft er die Frage auf: Wenn ein Zuhause der Maßstab für gute Gastfreundschaft ist, wozu braucht es dann Gastronomie? Wenn unser Daheim grundsätzlich der gastfreundlichere, gemütlichere Ort zum Essen ist, wozu dann in die Kneipe gehen? Schon bald, nachdem ich mein eigenes Restaurant eröffnet hatte, wurde mir klar, dass wahre Gastfreundschaft leidet, sobald Geld ins Spiel kommt.

## ACHTUNG: ENTHÄLT FUSION!

Viele Rezepte in diesem Buch könnte man getrost als Fusionsküche bezeichnen: Japanische Gerichte, die mit Geschmäckern aus aller Welt vermischt werden oder umgekehrt. Einige Rezepte sind sogar überhaupt nicht japanisch. Man fragt sich also zu Recht, warum sie in einem japanischen Kochbuch stehen. Die Antwort: weil diese Gerichte auf Speisekarten von Izakayas stehen. Sie passen gut zu alkoholischen Getränken und bilden ganz eigene Elemente japanischer Esskultur ab: das Gefühl, willkommen zu sein, sich entspannen zu können – beides Markenzeichen der Izakayas.

Meine Wahrnehmung der japanischen Esskultur deckt sich mit der des Historikers Eric C. Rath, der an der University of Kansas Japanologie lehrt. Rath schlägt vor, den Begriff »Japans Küchen« anstelle von »japanische Küche« zu verwenden. Diese Unterscheidung hebt die Vielfalt der japanischen Gastronomie hervor. Die japanische Küche hat viele Gesichter, und oft verbinden sich ihre Züge mit denen anderer Kulturen auf wunderbare, faszinierende und köstliche Weise. Dass viele Menschen noch immer glauben, die japanische Kultur sei irgendwie monolithisch und vom Inseldasein geprägt, ärgert mich. Im Allgemeinen sind die japanischen Menschen aufgeschlossen für andere Kulturen. Tatsächlich sind viele der beliebtesten Gerichte in Japan ein Gemenge von Einflüssen aus den Küchen anderer Länder.

Es ist ein Allgemeinplatz, wenn ich hier sage, dass eigentlich jede Speise eine Art Fusionsküche ist, aber ich habe das Gefühl – Achtung: Disclaimer! –, ich sollte Sie besser darauf hinweisen, dass eine ganze Reihe an Rezepten in diesem Buch nicht hundertprozentig japanisch sind. Dafür aber sind sie hundertprozentig izakaya.

I-ZAKA-YA

居酒屋

VERWEILEN - SAKE - GESCHÄFT

