

RAMEN (NUDELSUPPE)

Zeitaufwand: **30-X Minuten**

Kategorie: **Hauptgerichte**

Küchenutensilien: **Töpfe, Pfanne, Messer**

Bei Ramen gibt es sehr viele Variationen und unbegrenzte Möglichkeiten. Grundsätzlich besteht Ramen aus einer Basis-Brühe, Nudeln und verschiedenen Toppings.

Bei der Basis-Brühe sind die bekanntesten, Shoyu, Miso oder Tonkotsu.

Die könnt ihr fertig im Asia-Markt bekommen oder wir machen sie uns selber.

Bevor wir nun mit unseren Ramen weitermachen, überlegen wir uns, welche Toppings wir gerne auf unseren Ramen haben möchten.

Bitte beachtet, dass manche Toppings doch einen Tag Vorbereitung brauchen.

Eine kleine Auswahl wäre hier:

- Chashu (Seite 2)
- Ramen-Eier Ajitama (Seite 3)
- gebratenes Hähnchenfleisch / Kakuni (Bauchspeck) / Tofu / Hackfleisch / Garnelen
- Frühlingszwiebeln
- Narutomaki
- Lotuswurzel
- Enoki- / Shiitake-Pilze
- geschnittenes Nori-Blatt
- Mais
- usw.

Nachdem ihr nun eure Toppings fertig vorbereitet habt, sind jetzt alle Vorbereitungen abgeschlossen, und wir können mit dem Aufbau unserer Ramen beginnen.

Aufbau Ramen:

1. Die gewünschte Basis Brühe haben wir selber gemacht oder eine fertige genommen.
2. Auch die Toppings haben wir ggf. gebraten und vorbereitet.
3. Jetzt genug Wasser in einen Topf geben und darin die Nudeln nach Packungsanweisung kochen.
4. Anschließend werden die Nudeln in die Ramen-Bowl gegeben.
5. Nun kommt die gewünschte Brühe zu den Nudeln in die Ramen-Bowl geben.
6. Im finalen Schritt dann das Ganze mit den Toppings der Wahl garnieren und ggf. etwas Shichimi-Togarashi-Gewürz darüber streuen.



- **Shoyu oder Miso oder Tonkotsu - Brühe**
- Toppings
- Ramen Nudeln
- Shichimi-Togarashi (optional)

ITADAKIMASU

CHASHU

Zeitaufwand: **ca. 5 Stunden**
(zzgl. Ruhezeit über Nacht)

Kategorie: **Hauptgericht**

Küchenutensilien: **Pfanne, Topf, Küchengarn, Messer**

1. Zuerst den Schweinebauch mit der Hautseite nach außen aufrollen und mit Küchengarn fixieren.
2. Nun das Gemüse (♦) grob schneiden. Die Zutaten (♥) werden geschält und gehackt.
3. Danach den aufgerollten Schweinebauch von allen Seiten kurz anbraten bis er leicht gebräunt ist. Eventuell nochmal neu mit Garn fixieren.
4. Die Zutaten (♠) mit dem Gemüse in einen Topf geben und zum Kochen bringen.
5. Anschließend die Hitze runterdrehen, den Schweinebauch hineinlegen und das Ganze unter gelegentlichem Drehen des Fleisches ca. 4 Stunden bei niedriger Hitze leicht simmern lassen.
6. Nach der Kochzeit lassen wir das Fleisch abkühlen und sieben den Sud durch.
7. Das abgekühlte Fleisch nun in einem geeigneten Gefäß mit dem Sud über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen.

TIPP: Den übrig gebliebenen Sud würde ich euch empfehlen einzufrieren oder für Ajitama zu verwenden.
8. Das fertige Fleisch in dünne Scheiben schneiden, nach Wunsch aufwärmen und als Topping verwenden.
9. Auch der Sud, der nach dem Marinieren über Nacht übrig ist können wir einfrieren. Oder auch als Würze (Tare) zu unseren Ramen dazu geben.
10. Auch die Chashu Scheiben können super eingefrohren werden.



Für eine Rolle Chashu:

- ca. 750 g Schweinebauch mit Schwarte am Stück
- 2 Zwiebeln (♦)
- 5 Frühlingszwiebeln (♦)
- 6 Knoblauchzehen (♥)
- ca. 3 cm Stück Ingwer (♥)
- 250 ml Wasser (♠)
- 100 ml Sake (♠)
- 100 ml Mirin (♠)
- 200 ml Sojasauce (♠)
- 50 g Zucker (♠)

TIPP: Wenn man zusätzlich ein paar Scharlotten grob schneidet und in den Topf mit rein gibt, wird es noch ein wenig würziger.

Ajitama / RAMEN-Ei

Zeitaufwand: **10–15 Minuten**
(zzgl. **Ruhezeit über Nacht**)

Kategorie: **Snack**

Küchenutensilien: **Topf, Gefäß oder Gefrierbeutel zum marinieren**



1. Die gewünschte Menge Eier
EXAKT 6 Minuten kochen
lassen und in Eiswasser ab-
schrecken.
2. In unserem Eiswasser kön-
nen wir die Eier auch direkt
schälen. Danach auf einem
Teller ruhen lassen.
3. Entweder habt ihr noch
Chashu-Sud übrig oder wir
stellen uns eine neue Mari-
nade her.
4. Die Zutaten (♠) einfach kurz
aufkochen und danach ab-
kühlen lassen.
5. Zum Schluss die Eier in dem
Sud über Nacht marinieren
lassen. Je länger die Eier
marinieren, desto intensiver
wird der Geschmack.

Für z.B. 4 Ajitama:

- Eier
 - 400 ml Chashu-Sud
- ODER:**
- 100 ml Sake (♠)
 - 100 ml Mirin (♠)
 - 200 ml Sojasauce (♠)
 - 50 g Zucker (♠)