

Jessica und Matthias Bruckhoff



# RAMEN

ラーメン

CALLWEY



„EIN STÜCK GLÜCK IN  
JEDER SCHÜSSEL.“

PANACEA



EINLEITUNG TADA RAMEN 6	SO ISST MAN RAMEN: DIE DOS 20	SO ISST MAN RAMEN NICHT: DIE DON'TS 22	WAS BRAUCHE ICH 24	UTENSILIEN FÜR DAS RAMEN-ESSEN 26
----------------------------------	--	---	-----------------------------	--

## RAMEN-BASICS

Seite 30

UMAMI, DIE 5. GESCHMACKSDIMENSION 32	RAMEN-NUDELN UND KANSUI 42	TARE-HERSTELLUNG UND REZEPTE 50	COCKTAIL MIT JAPANISCHEN AROMEN 60
• 5 KOMPONENTEN EINES RAMEN 36	TOPPINGS, DAS I-TÜPFEL- CHEN 44	INSTANT-RAMEN 56	PERFEKTE NACHSPEISEN ZU RAMEN 62
WÜRZÖLE UND FETTE 38	TARE 48	PERFEKTE GETRÄNKE ZU RAMEN 58	

## BRÜHEN

Seite 64

<b>BASISREZEPTE</b> 70		<b>GEMÜSEBRÜHE</b> 130
	Ooki Yuzu-Shio Ramen 98 Würzige Tantan Ramen 100	• Miso-Ramen mit Teri- yaki-Austern-Pilzen 132 Veggie-Ramen mit Pilz-Sellerie- Dashi-Ramen 136 Vegan Chashew Mushroom Ramen 140 Veganes Miso-Ramen 144 Rauchiges Kinoko Ramen 146 Angebratenes Tempeh 148
<b>GEFLÜGEL- BRÜHE</b> 74	Tori Paitan Ramen 76 Hatcho Miso Ramen 78 Tori Paitan Ramen 82 Glücksgefühle 84 Morgensonnen 86 Tantanmen mit Fleisch-Miso 88 Tantanmen Ramen mit zweierlei Sorten Tahin 90 Shoyu Ramen mit Speck 92 Tori Shoyu Ramen mit Hühnerbrust 94	Shoyu Tonkotsu nach Yamauchi-Art 112 Milde Tonkotsu- Ramen 116 Katsu Coconut Curry Ramen 118 Black Garlic Ramen 120
<b>SCHWEINE- BRÜHE</b> 104	Spicy Miso Tantan Ramen 106 Miso-Ramen mit Hackfleisch und Sojasprossen 108 Miso-Ramen mit Chashu- Schweinebauch 110	<b>FISCHBRÜHE</b> 122
	Lobster und Black Tiger Scampi Ramen 124 Shoyu Ramen mit Garnelen 126 Shoyu Ramen at home 128	
		<b>BEILAGEN</b> 152

## SERVICETEIL

Seite 184

DIE PERFEKTE RAMEN-PARTY 186	DIY- RAMEN-BAR 188	KLEINE WARENKUNDE 190	BEZUGS- ADRESSEN 196	ADRESS- AUFLISTUNG 200	REZEPT- REGISTER 204
			• IMPRINT 208		



L  
E  
I  
N  
T  
-  
U  
N  
G

# DIE GESCHICHTE DES RAMEN

Die Geschichte des Ramen geht zurück bis ins China des 17. Jahrhunderts, bevor es schließlich in den 1920er-Jahren seinen Weg nach Japan fand und sich dort zu einem beliebten und vielfältigen Gericht entwickelte. Von Japan schwamm der Trend über Amerika dann auch nach Europa.

Die Ursprünge von Ramen lassen sich auf die chinesischen Nudelsuppen zurückführen, die von chinesischen Immigranten in Japan eingeführt wurden. Während der Edo-Periode (1603-1868) begannen chinesische Nudelverkäufer, ihre Suppen, als sogenannte Shina-Soba (chinesische Nudeln) bekannt, in den Straßen von Yokohama und anderen Hafenstädten zu verkaufen. Diese chinesischen Nudelgerichte hatten oft eine klare Brühe und bestanden aus preiswerten Zutaten.

Es dauerte jedoch bis zum späten 20. Jahrhundert, dass Ramen in Japan eine eigene Identität entwickelte. Die Verwendung von Schweinefett, Sojasoße und lokalen Gewürzen verlieh dem Gericht einen einzigartigen Geschmack, der sich von den chinesischen Ursprüngen unterschied.

Nur wenig später erlebte Ramen einen weiteren Entwicklungsschub. Nach dem Zweiten Weltkrieg war das Volk hungrig und Lebensmittel knapp, das war die perfekte Grundlage für die Erfindung der Instant-Ramen; so wurden Ramen zu einem schnellen und erschwinglichen Gericht für die breite Bevölkerung. Die Diversifizierung der Ramen-Stile nahm zu, jede Region Japans entwickelte ihre Version.

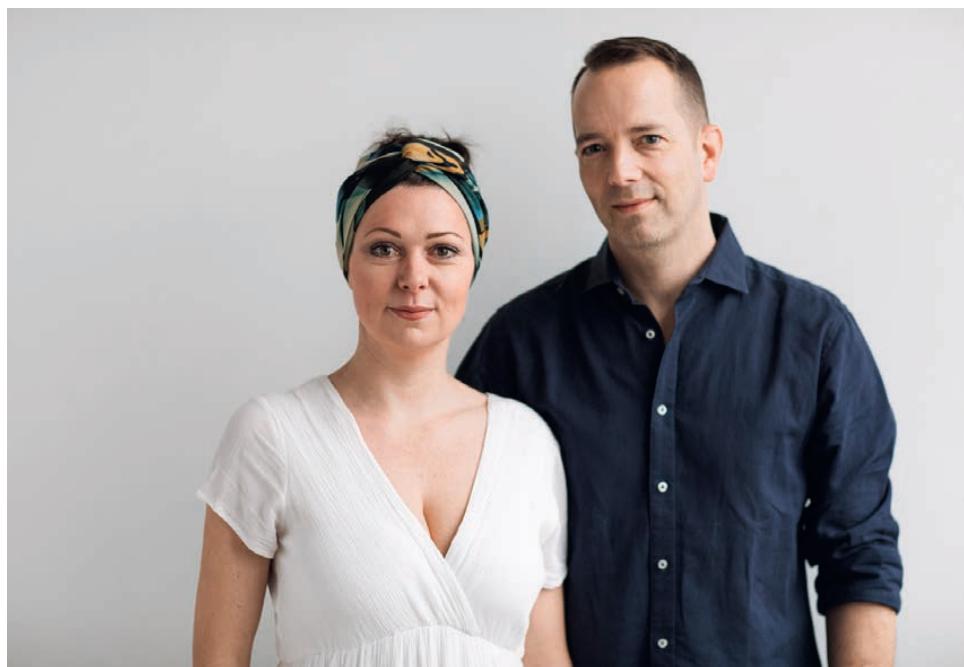
In den letzten Jahrzehnten hat Ramen international an Popularität gewonnen. Viele Städte auf der ganzen Welt haben Ramen-Restaurants eröffnet. Ramen hat sich zu einem Symbol der japanischen Kulinarik entwickelt. Mittlerweile kann man Ramen als das Nationalgericht Japans bezeichnen. In der Stadt Yokohama, von wo aus Ramen seinen Vormarsch angetreten hat, gibt es mittlerweile sogar ein Ramen-Museum mit dazugehörigem Freizeitpark.



Jessica Bruckhoff, Impulsgeberin und Innovatorin für das Schöne und den kreativen Genuss.

Matthias Bruckhoff, visionärer Jongleur, der diverse Themen gekonnt in der Luft hält und erfolgreich navigiert.

**GRÜNDER VON TADA RAMEN**



# JAPANISCHES SOULFOOD

Ramen, das traditionelle japanische Nudelgericht, ist weit mehr als nur eine einfache Mahlzeit. Es ist ein Soulfood, das nicht nur den Magen, sondern auch die Seele wärmt. Diese japanische Delikatesse, die längst weltweit Kultstatus erreicht hat, findet auch in Deutschland immer mehr begeisterte Anhänger. In der Gastronomieszene ist der Ramen-Boom unverkennbar. Immer mehr Restaurants eröffnen, die auf Ramen spezialisiert sind und deren Besuch die Gäste in die Welt der asiatischen Aromen führt. Sie laden zu einer kulinarischen Reise ein, die ihr unbedingt annehmen solltet.

Die Kombination aus herzhafter Brühe, zarten Nudeln, frischem Gemüse und aromatischen Gewürzen macht Ramen zu einem einzigartigen Geschmackserlebnis mit Suchtpotenzial, das Genießer weltweit in seinen Bann zieht. Die Auswahl ist so vielfältig wie die Geschmäcker der Gäste. Ob in urbanen Szenevierteln oder in gemütlichen Vorstadtstraßen, Ramen-Bars öffnen ihre Türen und bringen die Authentizität der japanischen Esskultur direkt vor unsere Haustür. Begleite uns auf eine Entdeckungsreise durch diese wachsende Ramen-Landschaft. Erfahre mehr über die Meister hinter den Kochtöpfen und lass dich von den kreativen Kombinationen überraschen. Ramen ist längst nicht mehr nur ein Trend, sondern ein fester Bestandteil unserer Genusslandschaft geworden.

In diesem Buch lernt ihr alles, was ihr über Ramen wissen müsst. Wir führen euch durch die besten Ramen-Restaurants Deutschlands, Österreichs und der Schweiz. Sie geben euch Einblicke hinter die Kulissen und verraten euch ganz exklusiv das Rezept ihres beliebtesten Gerichts. Werdet Teil dieser Ramen-Reise. Taucht ein in die Aromen und lasst euch von unserer Liebe zu Ramen mitreißen.

## RAMEN-LIEBHABER

Wir sind Jessica und Matthias Bruckhoff, die Gründer und kreativen Köpfe hinter TADA Ramen. Unser Respekt, unsere Wertschätzung, dazu ganz viel Liebe gilt diesem genialen Gericht. Egal, ob ihr euch schon gut mit Ramen auskennt und schon Erfahrung mit der Zubereitung habt oder ob ihr noch ganz am Anfang dieses kulinarischen Erlebnisses steht, dieses Buch wird euch den Weg ebnen und die Angst nehmen, die man für gewöhnlich verspürt, wenn man vor der Aufgabe steht, ein gutes Ramen zu kochen.

Es gibt Momente im Leben, in denen das Verlangen nach einem köstlichen Ramen so stark wird, dass man am liebsten sofort in die nächste Ramen-Bar stürmen würde. Doch was, wenn keine in der Nähe ist? Wir kommen aus Mülheim an der Ruhr, und so lag das größte japanische Viertel Europas, welches in Düsseldorf zu finden ist, für uns quasi um die Ecke. Im sogenannten Little Tokyo konnten wir unserer Ramen-Leidenschaft ungehemmt nachgehen und uns durch die dort ansässige Gastronomieszene schlemmen. So gehörte Ramen für uns für viele Jahre zu einem ständig verfügbaren Genuss. Zugegeben, die Zeit, vor den Ramen-Restaurants in der Schlange zu stehen, hat man nicht immer, aber die Vorfreude auf eine große Schale wohltuender Brühe mit zarten Nudeln und Toppings voller Umami macht aus der Zeit des Wartens schon ein Erlebnis. Unsere berufliche Laufbahn zwang uns zu einem Umzug, und plötzlich waren jegliche Möglichkeiten, an unser Lieblingsgericht zu kommen, erloschen. Die nächste Ramen-Bar lag über eine Autostunde von uns entfernt. Was für ein Schock! Über diese Tatsache hatten wir bei unserer Berufswahl nicht nachgedacht.

Schöne Brühe, nicht zu würzig, aber eine gute Salzigkeit, also genau richtig. Kannste dich reinlegen.

STEFFEN HENSSLER

Unsere erste Anlaufstelle zur Lösung dieses Problems war der örtliche Supermarkt, doch außer einer langen Reihe Instant-Ramen war im Asia-Regal nicht viel zu finden. Das war sehr ernüchternd; in Plastik verpackte Ramen mit Brühe in Pulverform entsprach so gar nicht unserer Vorstellung von diesem traditionellen, aromatischen Gericht.

Da blieb nur, den eigenen Kochlöffel zu schwingen, und so haben wir uns der großen Aufgabe gestellt, unsere Ramen selbst zu kochen. Doch schon allein die dafür aufgestellte Zutatenliste war nicht nur lang, sondern voller unbekannter Produkte. Wo sollten wir das denn alles herbekommen? Eine erneute Inspektion des Supermarktes stand bevor, darauf folgte eine Inanspruchnahme der netten Verkäuferin im kleinen Asia-Markt der nächstgrößeren Stadt, und für die restlichen Zutaten blieben dann nur noch Asia-Onlineshops.

Nach den ersten Anläufen wurden unsere Kreationen langsam genießbarer, jedoch der zeitliche Aufwand, der dahintersteckt, eine wirklich gute Ramen-Brühe zu kochen, war in unserem Alltag mit zwei Kindern kaum integrierbar. Wie praktisch wäre es doch, wenn es die verschiedenen Ramen-Brühen schon fertig gäbe? Welche Zeitsparnis! Am liebsten ohne Geschmacksverstärker und Konservierungsstoffe, plastikfrei verpackt, sodass wir sie auch guten Gewissens unseren Kindern geben könnten. Wir konnten doch nicht allein sein mit diesem Wunsch, das musste es doch schon geben ... Jegliche Internetrecherche verlief jedoch ins Leere, und so begann unsere Mission.

Die Idee dahinter ist so einfach wie genial: Jeder soll die Möglichkeit haben, köstliche Ramen zu Hause zuzubereiten und zu genießen, selbst wenn keine Ramen-Bar in der Nachbarschaft liegt. Ein kulinarisches Abenteuer in der eigenen Küche, das verspricht, nicht nur den Gaumen zu verwöhnen, schnell und einfach in der Zubereitung zu sein, sondern auch für euch mutig und kreativ zu sein. TADA Ramen hat eine Mission: Wir wollen die Menschen ermutigen, sich in die faszinierende Welt der traditionellen und komplexen Ramen-Zubereitung zu stürzen. Und das mit Leidenschaft, Experimentierfreude und vor allem einer gehörigen Portion TADA-Momenten.

Die TADA Ramen-Box ist wie ein kulinarisches Experimentier-Set, ein Bausatz der Grundzutaten eines klassischen Ramen. Hier ist Platz für Individualität und persönlichen Geschmack. Ein wenig mehr Chili für diejenigen, die es gerne scharf mögen, oder vielleicht eine Prise mehr Umami für die Liebhaber der herzhaften Note. In unseren Gläsern ist bereits die fertige Ramen-Brühe enthalten, so hast du mehr Zeit, dich den Toppings zu widmen. Es gibt keine festen Regeln, dafür aber viel Platz für die eigene Interpretation. Sei kreativ, du kannst nichts falsch machen!

Und ist euch schon aufgefallen? Im Wort ITADA-kimasu steckt TADA drin. Es bedeutet „Danke für das gute Essen“ oder auch einfach nur „Guten Appetit“. Das „U“ in dem Wort Itadakimasu spricht man übrigens nicht mit, also ausgesprochen wird es „Itadakimas“.



# UNSERE RAMEN-REISE

Unsere Expertise haben wir nicht nur in unserer Küche erworben, sondern auf einer regelrechten Ramen-Weltreise. Von Düsseldorf, dem Little Tokyo unseres Herzens, über das kulinarische Kopenhagen bis hin zum Ramen-Paradies New York – überall haben wir uns mit Ramen-Experten und Meisterköchen ausgetauscht, um die Geheimnisse und die Seele dieses Gerichts zu verstehen.

Kurz nachdem wir unseren Entschluss gefasst hatten, TADA Ramen zu entwickeln, sahen wir eine Folge von „Kitchen Impossible“, in der Tim Mälzer die Aufgabe bekam, im Slurp Ramen in Kopenhagen ein Shio-Ramen zu kochen. Wir würden sagen, er wurde sich der Komplexität dieses Gerichts bewusst.

Nach einem spontanen und kurzen Mailverkehr mit dem Inhaber des Restaurants, Philip Inreiter, hat sich Matthias ins Auto gesetzt Richtung Kopenhagen. Die Einladung zu einem Blitz-Praktikum, die Einführung in die Zubereitung verschiedener Ramen-Brühen sowie das Kennenlernen einer speziellen Nudelmaschine für Ramen-Nudeln waren ein Glücksfall, für den wir noch heute dankbar sind.

Für alle, die einen Kopenhagen-Besuch planen, setzt das Slurp Ramen auf jeden Fall auf eure „Da muss ich unbedingt hin“-Liste. Ein Rezept zum Nachkochen von Slurp Ramen findet ihr auf Seite

136. Aufgrund dieses persönlichen Bezugs ist es das einzige Restaurant außerhalb der DACH-Region in unserem Restaurant Führer.

Nach diesen ersten Eindrücken wurde uns klar, dass schaffen wir nicht allein, die japanische Küche lässt sich nicht durch ein paar Stunden Nachhilfe erlernen, wir brauchten Hilfe. In Zusammenarbeit mit einem japanischen Ramen-Experten aus Düsseldorf haben wir unsere ersten Tare-Varianten ohne Geschmacksverstärker entwickelt. Nun musste noch ein Produzent für unsere Brühen gefunden werden, und so wurde aus unserer Vision Stück für Stück Realität.

Auf unserer Ramen-Expedition durch New York besuchten wir verschiedene Ramen-Restaurants in unterschiedlichen Stadtteilen; so konnten wir die Vielfalt, die New York an Ramen zu bieten hat, kennenlernen. In der trendigen Gegend Dumbo in Brooklyn besuchten wir den Time out Market direkt am East River. Bei Mr. Taka Ramen lassen sich kreative Ramen-Gerichte in schöner Atmosphäre genießen. Im ursprünglichen, aber legendären China Town gab es bei Ajisen Ramen eine sehr traditionelle Ramen-Variation. In New York, zwischen Neonlichtern und U-Bahn-Rauschen, kann man die ganze Bandbreite von Ramen erleben, von der Tradition bis zur Innovation.

**Wir sind eine Beziehung  
mit Ramen eingegangen, und  
so langsam wird es ernst.**





Das i-Tüpfelchen eines Ramen sind die frischen Toppings aus ausgewählten Zutaten. Sie vervollständigen das Gericht nicht nur geschmacklich, denn auch das Arrangement der Toppings verläuft nach traditionellen Vorgaben.

# BESUCH EINER RAMEN-BAR

Oftmals ist es in Japan so, dass sich ein Koch auf ein Gericht spezialisiert und dass es dann in seinem Restaurant auch nur dieses eine Gericht gibt, dafür aber in allen Variationen. So ist es auch in Ramen-Bars, als Hauptgericht gibt es dort „nur“ Ramen. Ramenya heißen sie übrigens in Japan. Die Spezialisierung ermöglicht es den Köchen, ihre Fähigkeiten zu perfektionieren und ihren Gästen Ramen in höchster Qualität und Vielfalt anzubieten.

- Da Ramen oft auch als schnelles Gericht in der Mittagspause gegessen werden, gibt es in Japan auch dafür spezielle Imbisse ohne Sitzgelegenheiten, die man Tachigui nennt, sowie Yatai, das sind die Street-food-Stände. In Tokio gibt es sie an jeder Ecke. Weil die Mittagspause nicht viel Zeit zum Verweilen bietet, vergehen in einer Ramen-Bar oft nur wenige Minuten zwischen der Bestellung und dem Servieren. Die Effizienz der Ramen-Bars in Japan ist bemerkenswert. Die Ramen werden frisch und schnell zubereitet, was kurze Wartezeiten ermöglicht und die Gäste zufriedenstellt.

- Natürlich spricht es sich herum, wenn eine Ramen-Bar besonders gute Ramen anbietet. Das erkennt man dann an den langen Schlangen davor, bei denen man sich mitunter Stunden Zeit nehmen muss, um das gewünschte Ramen kosten zu dürfen.

**Die beste Nudelsuppe Japans, da sind sich alle Ramen-Läden einig, ist die eigene.**

Anders als hier in Europa ist es in vielen asiatischen Ländern ganz normal, für ein gutes Restaurant weite Distanzen hinter sich zu bringen; und so fährt man oftmals lange Strecken, um sich in die lange Schlange der Wartenden einreihen zu dürfen. Aber spätestens wenn die duftende Schale des Wunschgerichts vor einem steht, sind alle Strapazen, die man dafür auf sich genommen hat, wieder vergessen.

- Hier in Europa und auch auf unserer New-York-Reise ist uns aufgefallen, dass es als Statussymbol gesehen wird, Ramen zu essen. Man macht stolz Fotos von sich und seiner Errungenschaft, um sie dann in den sozialen Medien zu präsentieren. Das Essen von Ramen wird oft als Trend angesehen, und der Besuch einer bekannten Ramen-Bar wird als besonderes Erlebnis gefeiert und dokumentiert. Die Begeisterung für Ramen zeigt sich in den langen Schlangen vor den Restaurants und den zahlreichen Posts in den sozialen Netzwerken, in denen Menschen ihre Ramen-Erlebnisse teilen. Diese weltweite Begeisterung für Ramen spiegelt nicht nur den Wunsch nach qualitativ hochwertigem und leckerem Essen wider, sondern auch das soziale Erlebnis, das mit dem Besuch einer Ramen-Bar verbunden ist. Es geht darum, Teil einer kulinarischen Bewegung zu sein und diese Erfahrung mit Gleichgesinnten und mit Neuankömmlingen in der Ramen-Szene zu teilen.



# SO ISST MAN RAMEN: DIE DOS

## GENIESSE DEN DUFT UND ANBLICK

Bevor du mit dem Essen beginnst, nimm dir einen Moment Zeit, um das Aroma deiner Schüssel Ramen zu genießen. Die verschiedenen Düfte der Brühe und der Zutaten tragen zum Gesamterlebnis bei.

## KOSTEN DER BRÜHE

Trinke die Brühe direkt aus der Ramen-Schüssel oder verwende den Suppenlöffel, um sie zu schlürfen. Der Löffel kann auch verwendet werden, um die Brühe zusammen mit den festen Bestandteilen zu genießen.

## SCHLÜRFEN

Du kannst die Nudeln entweder langsam essen oder sie mit einem schnellen Schlürfen einsaugen. In vielen asiatischen Kulturen gilt das Schlürfen als Zeichen des Genusses, und das Geräusch hat sogar einen Namen, man nennt es Zuzutto.

## AUS DER SCHALE TRINKEN

Um noch an die letzten Tropfen der köstlichen Brühe zu gelangen, kann auch direkt aus der Schale getrunken werden. Hierzulande ist das zwar eher unüblich, aber trau dich, denn in asiatischen Ländern wird es gern gesehen.





# SO ISST MAN RAMEN NICHT: DIE DON'TS

In Japan gibt es einige Tischmanieren und Höflichkeitsformen, an die man sich halten sollte, um ein guter Guest in einem Ramen-Restaurant zu sein.

## ESSSTÄBCHEN KREUZEN

Das Kreuzen von Essstäbchen wird oft mit einem Symbol für Tod oder Bestattung in Verbindung gebracht. Daher sollten die Essstäbchen nicht über oder auf dem Essen gekreuzt werden.

## ESSSTÄBCHEN ANEINANDERREIBEN

Das würde dem Gastgeber vermitteln, dass er billige oder fehlerhafte Stäbchen ausgegeben hat.

## ESSEN MIT DEN STÄB- CHEN WEITERREICHEN

Essen von einem Paar Essstäbchen zum anderen zu reichen wird vermieden, da dies an buddhistische Bestattungsrituale erinnert.

## NUDELN SCHNEIDEN ODER ABBEISSEN

Nudeln, insbesondere Soba und Udon, werden in der Regel nicht abgebissen, da dies mit Pech und Unglück in Verbindung gebracht wird. Stattdessen werden die Nudeln traditionell geschlürft.

## TRINKGELD GEBEN

Trinkgeld ist in Japan nicht üblich und kann sogar als unhöflich empfunden werden. Der Service ist in der Regel bereits im Preis enthalten. In Ramen-Restaurants hierzulande gelten jedoch die uns bekannten Trinkgeldregeln.

## MIT ESSSTÄBCHEN AUF NAHRUNG ZEIGEN

Es wird als unhöflich betrachtet, mit den Essstäbchen auf jemanden oder etwas zu zeigen. Verwende sie nur zum Essen.

## NACHWÜRZEN, BEVOR DU PROBIERST

Es ist ratsam, das Gericht zuerst ohne zusätzliche Gewürze zu probieren, bevor du Salz, Sojasoße oder andere Würzmittel hinzufügst.

## ZU VIEL ZEIT MIT DEM ESSEN VERBRINGEN

In einigen Restaurants wird erwartet, dass die Gäste relativ schnell essen, insbesondere in geschäftigen Ramen-Läden oder bei Mahlzeiten in der Mittagszeit. Wer also einen entspannten Plausch mit Freunden plant, für den ist manches Ramen-Restaurant nicht die richtige Wahl.



**„Dieses  
Ramen-Kochbuch bringt die  
japanische Seele direkt in eure  
Küche. Mit authentischen Rezepten  
und klaren Anleitungen ist es ein  
Muss für jeden, der die Kunst der  
Ramen-Meister entdecken und  
genießen möchte.“**

**Steffen Henssler**

### **Vorsicht, Suchtgefahr: Die köstlichsten Ramen-Rezepte für zu Hause**

Die Begeisterung für Ramen, das wärmende Glück in Form einer köstlichen Nudelsuppe, hat in kürzester Zeit die ganze Welt erobert. In diesem Callwey Buch verraten die besten Restaurants in Deutschland, Österreich und der Schweiz ihre leckersten Geheimrezepte zum Nachkochen für zu Hause.

Detaillierte Anleitungen für die perfekte Brühe, die richtigen Nudeln und großartige Toppings, liefern alles für das perfekte Suppenglück. Ergänzt durch einen umfangreichen Guide zu Zutaten, Bezugsquellen und Restaurants – ein unverzichtbares Werk für alle Ramen-Liebhaber.

**CALLWEY**