

MAD

& venner

VIND

kokkekniv
fra Zwilling

Kille Enna
MUSKAT

Gå grassat i
SPINAT

25 sider

- Jens Rahbeks nudler
- Kristian Ditlev i Tokyo
- Japansk køkkengrej
- Klassiske retter fra Restaurant Banzai

JAPAN

– meget mere end sushi





35



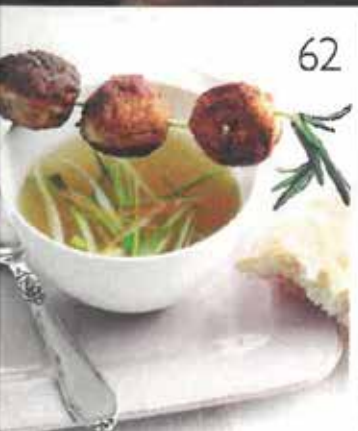
49



53



16



62



28

- 9 OPSKRIFTSREGISTER
Overblik over bladets opskrifter
- 10 NYT & NYTTIGT
Til køkkenet, maven og påskebordet
- 34 KONKURRENCE
Vind kokkekniv fra Zwilling
- 44 KILLE'S
Muskatnød og -blomme
- 49 SPIS I APRIL
Månedens bedste råvarer
- 53 GÅ GRASSAT I SPINAT
Grøn forårsmad
- 60 DEN SUNDE SIDE
Te for yogier og sund mad
- 62 SPISETID
Hverdagsmad til de første forårsdage
- 68 HÆLD OP
Sake, Schilcher og toskansk rødvin
- 70 VIN FRA SKYERNES BUGT
New Zealandsk hvidvin
- 72 OPSKRIFTER
Her finder du bladets opskrifter
- 88 LÆSERSERVICE
Telefonnumre, adresser og hjemmesider

TEMA: JAPAN

- 16 TOP NOODLES
Jens Rahbeks bedste nudler
- 22 I JAPAN SPISER DE OKSÆR
Kristian Ditlev Jensen i Tokyo
- 26 SHOPPING
Godt japansk køkkengrej
- 28 JAPAN PÅ VESTERBRO
På besøg hos Akiko og David på Restaurant Banzai
- 35 SUSHI-SKOLE
Perfekt sushi trin for trin
- 40 BORDDÆKNING
Dæk op med japansk inspiration

Top noodles

Det japanske køkken er rigt på fantastiske nudelretter fra nærende supper til delikate salater. **Jens Rahbek**, køkkenchef på den nye japanske restaurant Ebisu i København, har kreeret fem enkle og lækre nudelretter med både hvedenudler (udon) og boghvedenudler (soba).

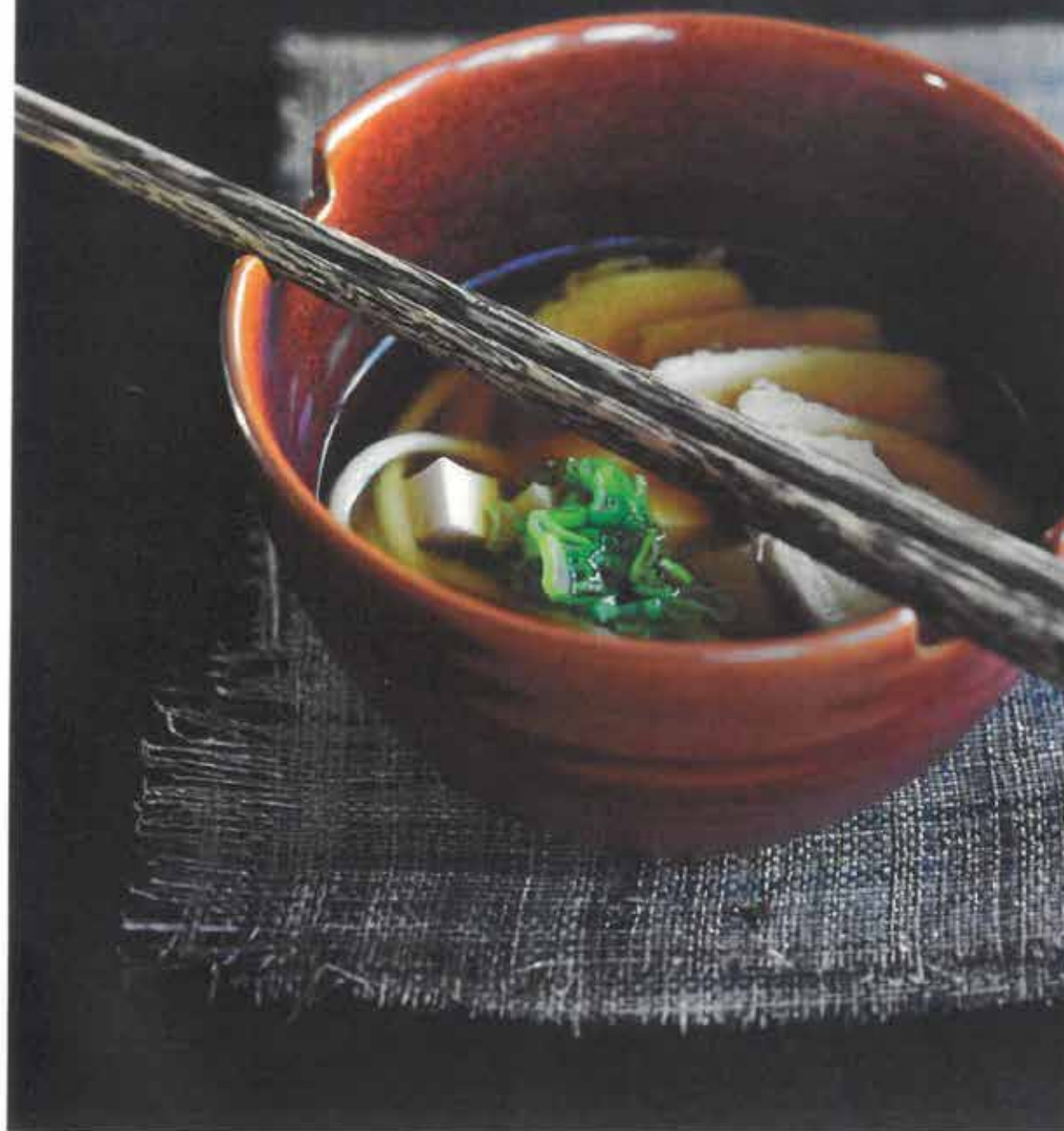
ZARUSOBA · KOLDE BOGHVEDENUDLER MED DIPPINGSAUCE

Den enkleste måde at servere kolde nudler på er denne japanske klassiker, hvor man først putter forårslog og nori-tang i sauceen og derpå tager nudlerne op med spisepindene, dypper dem i sauceen og spiser – gerne fulgt af rettilfredse, slubrende lyde. I Japan er det almindeligt at slutte måltidet af med at blande kogevandet fra nudlerne i den sidste sauce og drikke det som en suppe.

Af Jens Rahbek Foto Peter Kam Redi Boutique Tacko og privatfoto Se opskrifter bagest i bladet

MISOSUPPE MED UDON-NUDLER OG KYLLINGEBRYST

Den rene smag af en traditionel misosuppe er en god basis til nudelsupper. Misosuppe laves af fiskefondens dashi og miso, som er en pasta af fermenterede sojabønner. Her er den enkelt suppleret med tynde skiver kyllingebryst, udon-nudler, wakame-tang, tofu, forårslog og bokchey.



RAMEN · NUDELSUPPE MED KYLLING, ÆG, BOKCHOY OG ASPARGES

Nudelesuppen er en fantastisk ingrediens fra Kina, men har i dag fået sig et typisk japansk ret. Ramen er lækker uden nudler i en suppe med forskellige ingredienser. Sådan er det med ramen: godt uden at være tungt og sødt som en frokostret, men den smager rigtig godt om aftenen. Kyllingen kan udskiftes med andre grøntsager og kød, for eksempel kan man hælde lidt forbrændt eller stømt af svinekød eller hakket godt i stedet for kylling.



Top noodles



PEKING ANDEBRYSTSALAT

Hoisin-sauce kaldes også Peking-sauce, fordi den er uundværlig i den kinesiske ret Peking duck. I denne nudelsalat pensles andebryster også med hoisin-sauce, før det bages mørk i ovnen og anrettes med ægmudler, sukkererter, agurk og en kraftfuld sauce. Et meget lækkert og nemt måltid.



KIDS NOODLES

Instant nudler er en hurtig, men ikke voldsomt nærrende måde at stille ungernes sult på. Her er nudlerne gjort både sundere og bæktere med en god og hjemmevenlig hjemmelavet tomatsuppe. Spis den fx med et par grillede kyllingestørn, tomatabude eller lidt sprøstegt bacon til.

Disse japanske ingredienser fås i mange supermarkeder og asiatiske specialforretninger.

1. TOFU. Fremstilles af sojamælk og fås i mange forskellige varianter fra meget blød konsistens til helt fast. Smagen er mild, og tofu kan derfor bruges i mange sammenhænge. Gå efter en fast tofu, når den skal bruges til fx misosuppe.

2. INSTANT NOODLES. Populære nudler, der er forkogte og derfor hurtige at lave. De kan ofte koges færdige ved blot at overhældes med kogende vand og trække i et par minutter.

3. DASHI-PULVER. Man kan koge sin egen dashi eller bruge dette koncentrerede pulver i stil med bouillonterninger. Det fås hovedsageligt i asiatiske specialforretninger.

4. NORI-TANG. Papirstynde tangblade, der typisk købes i kvadratiske ark, men også fås i andre former som disse små, aflange stykker, der kan bruges som snack. Nori-tang er uundværlig til sushi og er godt at klippe over mange supper og nudletter.

5. JAPANSK RISEDDIKE. En mildere riseddike end den kinesiske, så det er vigtigt at vælge en japansk. Riseddike er typisk en del dyrere (men ikke bedre) i supermarkeder end i asiatiske specialforretninger.

6. TAMARI SOJASAUCE. Den traditionelle japanske sojasauce fremstillet af sojabønner. Almindelig sojasauce fremstilles af sojabønner og hvede, hvilket giver en lysere farve og mildere smag.

7. SOBA-SAUCE. Dippingsauce til boghvedenudler.

8. HOISIN-SAUCE. Kinesisk sauce, der også kaldes Peking-sauce, da den blandt andet bruges til kinesisk Peking duck. Fremstilles af fermenterede sojabønner tilsat blandt andet hvidløg og chili.

9. PLUM-SAUCE. Sød blommesauce, der er typisk for det kinesiske køkken, men som også bruges i japansk mad.

Top noodles

