

やっぱり
滋賀のもんがええなあ

Reis aus der
Region Ômi



Rindfleisch aus
der Region Ômi



Tee aus der
Region Ômi



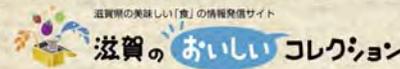
Fische aus
dem Biwa-See



Gemüse aus der
Region Ômi



Für weitere Informationen:



Shiga lecker

Suchen

Abteilung zur Promotion von Lebensmitteln und deren Marken, Amt für Landwirtschaft und Fischerei, Präfektur Shiga

〒520-8577 Shiga-ken, Otsu-shi, Kyomachi 4-1-1 Tel: 077-528-3892 FAX: 077-528-4881

Leckere Produkte aus der Natur
für Körper und Geist

Lebensmittel aus Shiga



Leckere Produkte aus der Natur
für Körper und Geist



やっぱり滋賀のもんがええなあ



Reis aus der
Region Ômi



Rindfleisch aus
der Region Ômi



Tee aus der
Region Ômi



Fische aus
dem Biwa-See



Gemüse aus der
Region Ômi

Alles Leckere kommt aus dem Wasser.
Der Biwa-See - der Quell des Lebens

近江の茶

Tee aus der Region Ômi



Kunstfertigkeit und eine lange Tradition sind die Voraussetzung für einen hervorragenden Tee.

近江米

Reis aus der Region Ômi



In einer gesegneten Landschaft, die in ihrer Mitte einen See enthält, wird von den Bauern Reis mit großer Hingabe angepflanzt.

湖魚

Fische aus dem See



Das tiefblaue und nährstoffhaltige Wasser des Biwa-Sees sorgt für ein einzigartig frisches Aroma.

近江牛

Rindfleisch aus der Region Ômi



Die Reputation exzellenten Fleisches beginnt bei den Züchtern, die für Qualität keine Kompromisse machen.

近江の野菜

Gemüse aus der Region Ômi



Die regionale Anbautradition steht für vielfältige Sorten mit einem unverwechselbaren Geschmack.

Reis aus der Region Ômi

Aus den Bergen, die den Biwa-See umgeben, fließt reichlich Wasser in die Ebenen – beste Voraussetzungen für äußerst leckeren Reis. Er ist bissfest, von hinreichender Klebkraft und bei längerem Kauen entfaltet er eine angenehme Süße. Diese Qualität, die in jedem einzelnen Reiskorn zu schmecken ist, hat ihre Ursache in der Hingabe, die die Reisbauern ihren Pflanzen schenken.



Die Hingabe der Bauern ist der Stolz dieser Reisanbaugegend

Seit der Einführung des Reisanbaus haben die Japaner ihr Land äußerst ertragreich kultiviert. Und von der Edo-Zeit bis weit in die Meiji-Zeit war die Präfektur Shiga als Reisanbaugbiet genauso bekannt wie die Hokuriku-Küste Japans. Hier ist man auf die hohe Qualität und die Erntemenge stolz. Denn die Region besteht aus flachem Land, das auf allen vier Seiten von Bergen umgeben ist, und sie ist mit einem fruchtbaren, lehmhaltigen Boden voller Nährstoffe gesegnet. Und in ihrer Mitte liegt der Biwa-See, Japans größter See, mit seinem guten Wasser. Beste Voraussetzungen also für den Anbau von Reis.

In der langen Geschichte des Reisanbaus spielen auch die Reisbauern eine wichtige Rolle. In der Region Ômi haben sich die Bauern immer mit äußerster Hingabe dem Reisanbau gewidmet. Ihre Entschlossenheit, „wohlschmeckenden Reis anzubauen“ gaben sie kontinuierlich an die nächste Generation weiter. Nur so konnten sie die hohe Qualität ihres Produkts aufrechterhalten.



Verschiedene Reissorten für unterschiedliche Zwecke

In der Präfektur Shiga werden drei verschiedene Reissorten angebaut. Neben dem gewöhnlichen Reis, den wir jeden Tag essen, gibt es auch noch „Sake-Reis“ und „Klebreis für Mochi-Kuchen“. Reis aus der Region Ômi ist von äußerster hervorragender Qualität: er hat einen feinen Duft, den richtigen Biss und einen exzellenten Geschmack.

„Mizukagami“	Eine in Shiga entwickelte, früh reifende Reissorte. Vereint die Qualitäten von „Koshihikari“ und „Hitomebore“. Dieser Reis hat die perfekte Klebrigkeit und Süße; er schmeckt auch kalt sehr gut.
„Koshihikari“	Diese Reissorte hat eine hohe Klebrigkeit und einen hervorragenden Geschmack. Feinschmecker in ganz Japan lieben ihn. Diese Sorte wird in der ganzen Präfektur Shiga angebaut, ein Schwerpunkt ist der Bereich nördlich des Biwa-Sees in der Region um Takashima.
„Aki-no-uta“	Eine in Shiga entstandene Sorte, die auf „Koshihikari“ beruht. Die Reiskörner sind groß und besitzen eine hohe Klebkraft. Die Erntezeit dieser Sorte liegt etwas hinter den früh reifenden Sorten, dies erleichtert den Bauern den Ernterhythmus.
„Shiga-habutaemochi“	Diese Sorte wurde 1938 gezüchtet. Sie wird seit mehr als 70 Jahren ununterbrochen angebaut und genießt höchstes Ansehen als Klebreis für Mochi-Kuchen. Auch heute noch ist diese Sorte für Klebreis sehr beliebt, sie wird daher in der ganzen Präfektur angepflanzt.

Naturschutz am Biwa-See hilft, unbelasteten Reis zu erzeugen

Die Präfektur Shiga hat ein System eingeführt, wonach landwirtschaftliche Erzeugnisse als „besonders naturfreundlich“ zertifiziert werden können. Dafür darf nicht mehr als die Hälfte der sonst üblichen Agrochemikalien und Kunstdünger verwendet werden und die Produkte müssen mit umweltfreundlichen Technologien angebaut werden, die auf den Biwa-See und die umgebende Natur Rücksicht nehmen. Dahinter steht natürlich einerseits die Überlegung, den Verbrauchern Reis anbieten zu können, den sie ohne jegliche Bedenken essen können. Andererseits möchte die Präfektur damit auch den Biwa-See schützen, denn der See stellt eine wichtige Wasserressource für die Menschen im Gebiet um Kyoto, Osaka und Kobe dar. Jeder einzelne Reisproduzent in der Präfektur Shiga ist sich seiner Verantwortung für den Biwa-See bewusst. Um diese wichtige Wasserressource zu schonen scheuen sie keine Mühe, es wird kein Schmutzwasser in den See eingeleitet und selbst der Anbau wird dokumentiert. Dies alles trägt dazu bei, Reis in der besten Qualität erzeugen zu können. So kann man „den Biwa-See schützen, indem man Reis isst“ und man hilft gleichzeitig der Initiative der Produzenten. Wir würden uns freuen, auch Ihre Unterstützung zu erhalten!



Für Anfragen
bzgl. Reis aus der
Region Ômi:

Vereinigung zur Förderung von Reis aus der Region Ômi

Tel: 077-523-3920 <http://www.ohmimai.jp/>

Nationaler Landwirtschafts-Genossenschaftsverband JA Zenno, Präfektur Shiga

Tel: 077-521-1667 <http://www.si.zennoh.or.jp/>

Genossenschaft der Reis- und Getreidehändler, Präfektur Shiga

Tel: 077-524-6718

Rindfleisch aus der Region Ômi

Das Fleisch aus der Region Ômi hat eine süße Note, die auf der Zunge zergeht, und ein wunderbares Aroma; dieser Spitzengeschmack hat schon Shogune begeistert. Die Tiere werden in einer reichen Natur von Bauern mit Liebe großgezogen. Das Fleisch aus unserer Region ist eines der besten in ganz Japan und wird heute mehr denn je hoch geschätzt.



Stolz auf die älteste Fleischsorte Japans

Die Tradition reicht mehr als 400 Jahre zurück. Damit ist Rindfleisch aus der Region Ômi die älteste Fleischsorte Japans und ihr Bekanntheitsgrad entsprechend groß. Schon in der Edo-Zeit wurde aus der am Biwa-See gelegenen Provinz Hikone, in Miso-Paste eingelegtes Rindfleisch an den Hof des Shoguns geliefert. Dieser Leckerbissen wird seit langer Zeit sehr geschätzt und hat einen festen Platz auf der Karte eingenommen. Die Qualität des Fleisches ist so exquisit, dass man auch von einem „essbaren Meisterwerk“ sprechen könnte: äußerst fein, weich, eine unbeschreibliche Konsistenz und ein edler Glanz. Auch der Fürst der Provinz Mito, Tokugawa Nariaki, war ein großer Fan von Rindfleisch aus der Region Ômi und in einem Brief an den Fürsten der Provinz Hikone, Ii Naoaki, sind uns seine Dankesworte dafür überliefert. In den letzten Jahrzehnten sind landesweit immer mehr Rindfleischsorten entstanden, aber Rindfleisch aus der Region Ômi hat die älteste Tradition und die Bauern unternehmen große Anstrengungen, die Qualität des Fleisches zu bewahren oder gar noch zu verbessern. 2007 wurde zusätzlich das Zentrum für Shiga-Fleisch in Betrieb genommen, das unter gründlichsten Hygienevorschriften Fleisch auch ins Ausland, nach Macau, Thailand, Singapur oder in die Philippinen exportiert.



Der Kreislauf zwischen Landwirtschaft und Viehzucht - gut für Mensch und Natur

Viele der Viehzüchter in Shiga verlassen sich auf ausgewähltes Reisstroh aus der eigenen Region – der Region Ômi - als unbedenkliches, regionales Futtermittel. Das Reisstroh, das die Rinder fressen, kommt dann in Form von tierischem Dünger wieder auf die Felder zurück und unterstützt das Wachstum der Reispflanze. Der Reis wird geerntet und der Kreislauf beginnt erneut ... Diese althergebrachte Methode ist nachhaltig und ein Segen für Mensch und Natur. Die Präfektur Shiga unterstützt die Bauern daher, indem sie die Zusammenarbeit von Ackerbauern und Viehzüchtern fördert. Darüber hinaus setzt sie sich dafür ein, Masttechniken zu verbessern, indem sie Viehställe gemeinsam besichtigt und Gremien initiiert, die sich der Verbesserung des Fleisches



Vertrauenszertifikat für echtes Rindfleisch aus der Region Ômi

Rindfleisch aus der Region Ômi wurde 2007 als regionale Marke eingetragen. Dabei wurde festgelegt, dass es Fleisch vom „schwarzen Japan-Rind“ sein muss, das, seit Urzeiten in der Präfektur Shiga, einer mit Wasser und einer reichen, natürlichen Umgebung gesegneten Landschaft, gezüchtet wird.“ Die Vereinigung zur Förderung und Verbreitung von „Rindfleisch aus der Region Ômi“ vergibt Zertifikate für derartiges Fleisch mit besonders hoher Qualität. Und ebenso zeichnet sie Restaurants und Einzelhandelsgeschäfte als „zertifizierte Betriebe“ aus, wenn sie dieses ausgezeichnete Rindfleisch aus der Region Ômi verwenden. So kann der Verbraucher auf einen Blick erkennen, dass ihm beste Qualität geboten wird.

Zertifikat eines Betriebs, der „Rindfleisch aus der Region Ômi“ verwendet.



Zertifikat für Rindfleisch aus der Region Ômi

Damit ein solches Zertifikat ausgestellt werden kann, muss das verwertbare Fleisch bestimmte Anforderungen, wie z.B. die Qualitätsstufen A4 oder B4, erfüllen.



Für Anfragen bzgl. Rindfleisch aus der Region Ômi

Vereinigung zur Förderung und Verbreitung von „Rindfleisch aus der Region Ômi“

Fleischmarkt Shiga AG, [innerhalb des Zentrums für Shiga-Fleisch]

Tel: 0748-37-2635 <http://www.oumiushi.com>

Tel: 0748-37-7215 <http://shiga-shokuniku.or.jp/index/kousha/market>

Tee aus der Region Ômi

Warme Tage, kalte Nächte. Dieser tägliche Rhythmus mit seinen großen Temperaturunterschieden ist der Grund für den besonderen aromatischen Geschmack des Tees aus der Region. Probieren Sie einen Schluck – der tiefe, vollmundige Geschmack wird Sie überzeugen!



Die Geschichte des Tees ist alt, seine Faszination unendlich

Der Tee aus der Region Ômi ist im Laufe von 1200 Jahren zu höchster Blüte kultiviert worden. Geht man den Anfängen des Teeanbaus auf den Grund, so stößt man auf den berühmten Mönch Saicho - auch Dengyô Daishi genannt -, der zu Anfang der Heian-Zeit im Jahr 805 aus China zurückkehrte. Er hatte Teesamen im Gepäck und säte sie am Fuß des Berges Hiei-zan aus. Noch heute gibt es innerhalb des Shinto-Schreins Hiyoshi-Taisha, der nahe am Berg Hiei-zan liegt, einen Teegarten, der auf diese Zeit zurückgehen soll. Die Region kann daher durchaus als Ausgangspunkt der japanischen Teeproduktion bezeichnet werden. Die lange Geschichte der hohen Schule des Tees führt kontinuierlich, ohne Unterbrechung in die Gegenwart und zu den berühmten Tees aus der Region Ômi.

Ein Klima mit großen Temperaturunterschieden ist wichtig für den guten Geschmack

Tee aus der Region Ômi wird seit alten Zeiten von Teemeistern im ganzen Land geschätzt und genießt aufgrund seines unvergleichlich aromatischen Geschmacks hohes Ansehen. Der Tee wird vor allem in der hügeligen Gegend im Süden der Präfektur Shiga angebaut, wo die Temperaturunterschiede zwischen Tag und Nacht groß sind. Dadurch speichern die Blätter viele Nährstoffe und es entsteht ein hochwertiger Tee mit einem starken Aroma und kräftigem Geschmack. Weiterhin werden alte Teebüsche regelmäßig gegen junge ausgetauscht. Ein derart verjüngtes Teefeld liefert starke, junge Triebe für den exquisiten Geschmack. Diese Anbaumethode und der unermüdete Einsatz der Teepflanzer ist der Grund, warum Tee aus der Region Ômi auch beim zweiten oder dritten Aufguss noch immer hervorragend gut schmeckt. Die hohe Wertschätzung für diesen Tee kommt auch durch Preise zum Ausdruck, die das Ministerium für Land und Forstwirtschaft bei Wettbewerben an Tee aus der Region verliehen hat.



Tee kann dem hektischen Alltag einen kleinen Kontrapunkt geben. Bereiten Sie doch mal guten Tee in einem Kännchen zu, nehmen Sie einen Schluck und gönnen Sie sich eine kleine Pause!

Tee aus der Region Ômi - angebaut in charaktervollen Landschaften

Die Präfektur Shiga besitzt viele verschiedene Topographien und Klimata. Der dort angebaute Tee hat eine hohe Qualität und spiegelt auch den jeweiligen Charakter seiner Landschaft wieder.

Asamiya-Tee	Dieser Tee zählt zu den fünf berühmtesten Tees Japans. Ein kräftiges, aber auch sehr vielfältiges Aroma zeichnet ihn aus. Die Region Asamiya liegt in den Bergen auf ungefähr 400 Meter Höhe. Hier ist der Temperaturunterschied zwischen Tag und Nacht sehr groß und es gibt oft Nebel. Ein optimales Klima für den Anbau von Tee! Insbesondere die erste Ernte des Jahres hat ein wunderbares Aroma, das im ganzen Land Liebhaber hat.
Tsuchiyama-Tee	Sowohl in Anbaufläche wie auch Produktionsmenge der bedeutendste Tee der Präfektur. Der Ursprung dieser Teesorte geht auf den Mönch Don'o zurück. In der Zeit der streitenden Nord- und Südhöfe, im Jahr 1356, war er vom Tempel Daitokuji in Kyoto in seinen Tempel Minamitsuchiyama-Jomyoji zurückgekehrt und hatte einige Teesamen mitgebracht, die er hier anpflanzte. Die sanfte, hügelige Landschaft ist mit viel Sonne gesegnet; daher wird hier auch viel „Kabusecha“-Tee („abgeschatteter“ Tee) angebaut.
Mandokoro-Tee	„Uji ist Tee und Tee ist Mandokoro“ wird gerne rezitiert. Der Mandokoro-Tee ist wegen seiner hohen Qualität im ganzen Land bekannt, aber gegenwärtig ist die jährliche Produktionsmenge äußerst gering. Der Überlieferung zufolge begann der Anbau dieser Sorte in der Muromachi-Zeit, das reichhaltige Wasser des Echigawa-Flusses und die positive Wirkung des Nebels waren für den Teeanbau günstig. Manche erhaltenen Sträucher werden auf bis zu 300 Jahre geschätzt. Mandokoro-Tee ist eine der Sorten, die aufgrund ihrer Seltenheit hohe Liebhaberpreise erzielen.



Tee-Marken, in denen sich das ganze Potential der Region entfaltet

Die traditionellen Teesorten aus der Präfektur Shiga sind landesweit hoch angesehen. Aber es gibt noch weitere, spezielle Marken aus der Region, für die professionelle Tee-Experten Teeblätter mit besonders guter Qualität auswählen: „Kiwami-Sencha Saicho“ und „Biwako-Kabuse“. „Kabuse“ bedeutet, dass die jungen Triebe vor dem Pflücken abgedeckt werden, so dass das Sonnenlicht abgeschirmt wird. Dadurch erhält der „Kabuse-Tee“ einen wenig bitteren, aber umso süßlicheren Geschmack. Dieser Tee eignet sich optimal als Souvenir oder Geschenk. Sie erhalten ihn in Fachgeschäften innerhalb der Präfektur.



Für Anfragen
bzgl. Tee aus der
Region Ômi:

Organisation der Tee-Produzenten der Präfektur Shiga
(allg. rechtsfähiger Verein)

Tel: 0748-63-6960 <http://www.biwa.ne.jp/~shigacha/>

Genossenschaft der Teehändler der Präfektur Shiga

Tel: 0748-67-0308

Gemüse aus der Region Ômi

Zu allen vier Jahreszeiten und überall in der Region wird Gemüse angebaut. Vielfältige Sorten stehen zur Auswahl und ihr Geschmack bekommt je nach Anbauggebiet eine individuelle Note. So ist es eigentlich unmöglich, die faszinierende Geschmacksvielfalt, die ja im Lauf eines Jahres ständig wechselt, in Worte zu fassen!



Der Boden schenkt uns Reichtum in großer Vielfalt

Über 90% des Ackerbodens in der Präfektur Shiga wird für den Reisanbau verwendet. Aber dennoch werden auch Weißkohl und Chinakohl, verschiedene Rüben und anderes Gemüse im Freien angebaut. Davon profitieren die regionalen Märkte der Umgebung – darunter insbesondere Kyoto -, die so mit frischem Gemüse reichlich versorgt werden. Die Bewirtschaftung erfolgt in der Regel in Genossenschaften, dadurch ist einerseits der ländliche Zusammenhalt groß und andererseits setzen sich diese Gemeinschaften mit viel Energie dafür ein, regionales Gemüse anzubauen. Die Vielfalt und Unterschiedlichkeit der Sorten ist beeindruckend!

„Traditionelles Gemüse aus der Region Ômi“, das mit der Geschichte überliefert wurde

Die traditionellen Gemüsesorten der Präfektur Shiga stehen in großer Vielfalt zur Verfügung - für Liebhaber ist das nichts Neues. Von diesen Sorten wird jedoch nicht genug geerntet, um sie in großem Umfang landesweit zu verkaufen, daher werden sie zum allergrößten Teil innerhalb der Präfektur konsumiert. Dort sind sie mit der regionalen Küche und Esskultur eng verbunden, geben sie ihr doch ihre ganz besondere Note. Und nicht zuletzt spiegelt sich auch die Geschichte und Kultur der jeweiligen Region darin wieder. 14 Sorten wurden als „traditionelles Gemüse“ definiert, darunter sind z.B. die schlanke Rübe „Hinona“, die „Shimoda“-Aubergine oder die runde „Akamaru“-Rübe.



Immer neue regionale Gemüsesorten entstehen

Durch stetige Verbesserungen und Fortschritte bei Anbau und Zucht entstehen immer wieder neue regionale Sorten, die „noch dicker“ sind oder „noch süßer“ schmecken. Solche Sorten haben häufig Namen, die ihre Ursprungsregion erkennen lassen, wie beispielsweise der „Azuchi-Nobunaga-Lauch“, und diese Region kümmert sich dann gemeinschaftlich um die Eintragung als regionale Besonderheit. So stehen zu jeder Jahreszeit immer besondere, regionale Gemüsesorten in großer Auswahl zur Verfügung. Probieren Sie doch diese regionale Vielfalt einmal!



Aisaina-Blätter



Nabana-Blätter aus der Stadt Moriyama



Azuchi-Nobunaga-Lauch



Bochan-Kürbis



Taga-Karotte



Kohoku-Brokkoli



Kohoku-no-yume-Erdbeere

Für Anfragen
bzgl. Gemüse aus
der Region Ômi

Landwirtschaftliches Genossenschaftszentrum der Präfektur Shiga Tel: 077-521-1611 <http://www.jas.or.jp/>

Nationaler Landwirtschafts-Genossenschaftsverband JA Zenno, Präfektur Shiga Tel: 077-521-1667 <http://www.si.zennoh.or.jp/>

Leckere Gerichte mit Lebensmitteln aus Shiga - Rezepte, die garantiert schmecken!

Um die Lebensmittel aus Shiga, die von den Produzenten mit viel Sorgfalt erzeugt wurden, möglichst einfach und lecker zubereiten zu können, verrät uns hier Noritaka Ijiri, Inhaber und Koch eines beliebten Restaurants für französische Küche, seine Lieblingsrezepte. Dank der Ideenvielfalt dieses Profis eignen sich die einzelnen Speisen auch bestens dazu, Gäste zu bewirten. Greifen Sie am besten gleich zum Kochlöffel!



Koch Noritaka Ijiri

Profil

Noritaka Ijiri, Inhaber des Restaurants für französische Küche „épice“, wuchs in der Stadt Maibara, Präfektur Shiga, auf. Seine Lehrjahre absolvierte er im „Bordeaux“ und im „Paris Shokudo“ - beide für ihre französische Küche bekannt - und im Ausflugsrestaurant „Blueberry Fields Kinokuniya“. 2007 eröffnete er das „épice“, in dem er bevorzugt französische Küche mit viel Gemüse serviert.

Am besten mit leckerem Reis aus der Region Ômi servieren! Rindfleisch aus der Region Ômi mit Aisaina- und Perilla-Blättern in Miso-Paste zubereitet



Zutaten (für 2 Personen)

- Rinderhackfleisch aus der Region Ômi ... 100 g
- Aisaina-Blätter (mit Stängeln) ... 2 Stück
- Perilla-Blätter ... 3 Stück
- Miso-Paste ... 1 EL
- Mirin (Würzsake) ... 1 EL
- Sake ... 1 EL
- Olivenöl ... 1 TL

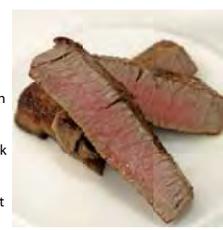
Zubereitung

1. Die Aisaina-Blätter samt Stängeln und die Perilla-Blätter in feine, kurze Streifen schneiden.
2. Olivenöl in den Topf geben, das Hackfleisch bei mittlerer Hitze anbraten.
3. Sobald sich eventuelle Hackfleischklümpchen aufgelöst haben, Miso-Paste, Mirin und Sake dazugeben. Bei geringer Hitze weiter köcheln lassen, damit die Flüssigkeit verdampft.
4. Den Topf vom Herd nehmen, die geschnittenen Aisaina- und die Perilla-Blätter hinzugeben und gut verrühren, bis die Blätter weich geworden sind - fertig! Der eigentümliche, scharfe Geschmack der Aisaina-Blätter in Kombination mit dem saftig angebratenem Rinderhackfleisch aus der Region Ômi - darin liegt der Reiz dieses Rezepts. Weil nicht nur die Blätter, sondern auch die Stängel der Aisaina-Blätter verwendet werden, entfaltet sich im Mund eine große geschmackliche Vielfalt! Und obwohl die Zubereitung ganz einfach von der Hand geht, ist dieses Gericht in Kombination mit Reis eine Delikatess.

Wenn man schon Rindfleisch aus der Region Ômi in den Händen hält, dann möchte man es auch richtig und lecker zubereiten. Hier erläutert uns der Profi aus der Küche, wie man ein dickes Filetstück richtig brät. Es gibt nur drei wichtige Regeln, die Sie befolgen brauchen: „Zimmertemperatur erreichen lassen“, „nicht berühren“ und „ziehen lassen“. Folgen Sie diesen Regeln, und Sie werden das Steak wie ein Meister braten können.

Fertig!

Schneiden Sie dickes Fleisch rechteckig zum Verlauf seiner Fasern. So fühlt es sich im Mund weicher an und ist einfacher zu essen. Wenn das Steak innen eine schöne Rosé-Färbung aufweist, ist es perfekt gelungen.



Column 1 Tipps zur leckeren Zubereitung von Rindfleisch



Nehmen Sie das Fleisch aus dem Kühlschrank und lassen Sie es Zimmertemperatur annehmen. Streuen Sie dann Pfeffer und Salz auf beide Seiten und die Ränder. Unsere Empfehlung: bei Salz und Pfeffer auf möglichst feine Körnung achten.



In die erhitzte Bratpfanne Öl geben, das Fleisch bei starker Hitze anbraten. Sobald das Filetstück in der Pfanne liegt, darf es nicht mehr berührt werden. Vermeiden Sie es auch, an der Pfanne zu rütteln. Sobald das Steak die richtige Farbe angenommen hat, wenden Sie es. Braten Sie auch die Ränder an, damit der Saft im Steak bleibt.



Ist das Steak fertig gebraten, legen Sie es auf einen Teller. Lassen Sie es an einem warmen Ort (in der Nähe des Herds etc.) durchziehen, damit der Saft im Inneren eindickt. Lassen Sie es ungefähr so lange durchziehen, wie Sie es gebraten haben.

Biwa-Forelle, ausgebacken im Teigmantel mit Nüssen und Arare, eingelegte Akamaru-Rübe mit Tatarensauce



Zutaten (für 2 Personen)

- Biwa-Forelle ... 2 Stücke (200g)
- Arare-Reiscracker (oder Senbei-Reiscracker) ... angemessene Menge
- Nüsse (je nach Geschmack Cashewnüsse oder andere) ... angemessene Menge
- 1 Ei
- Mehl (mit niedrigem Glutengehalt) ... ein wenig
- Salz ... ein wenig
- Olivenöl ... 2 EL
- Eingelegte Akamaru-Rübe ... 20 g
- 1 gekochtes Ei
- Mayonnaise ... 40 g
- Zitrone ... ein wenig
- Pfeffer ... ein wenig
- Tatarensauce

Süße Frühlingsrolle mit Hinona-Rübe



Zutaten (für 2 Personen)

- Hinona-Rübe ... 100 g
- Frühlingsrollenblätter ... 4 Stück
- Vanillecreme (Fertigprodukt) ... 4 EL
- Granulierter Zucker ... 2 EL
- Butter ... 1 EL

Zubereitung

1. Zuerst die Tatarensauce zubereiten. Geben Sie dafür die eingelegte und klein gehackte Akamaru-Rübe und das zerdrückte gekochte Ei in die Mayonnaise und träufeln Sie etwas Zitronensaft dazu.
2. Die Filets der Biwa-Forelle leicht salzen und pfeffern. Zerkleinern Sie dann die Nüsse zusammen mit den Reiscrackern.
3. Die Forelle auf beiden Seiten mit Mehl bestreuen, in das verquirlte rohe Ei eintauchen, und dann mit den zerkleinerten Nüssen und Crackern bestreuen.
4. In der Bratpfanne Öl erhitzen, (3) bei schwacher Hitze ausbraten. Verwenden Sie viel Olivenöl, als ob Sie es frittieren wollten. Wichtig ist, die Pfanne ständig leicht zu rütteln, damit die Hitze gleichmäßig durchdringen kann. Braten Sie die Fischfilets ca. 1 Minute, wenden Sie sie, und braten Sie sie erneut 1 Minute. Setzen Sie keinen Deckel auf die Pfanne, so wird der Teigmantel schön knusprig.
5. Richten Sie (4) auf den Tellern an und geben Sie die Tatarensauce dazu. Der aromatische Teigmantel mit Nüssen und Crackern und das saftige, exquisite Filet von der Biwa-Forelle ergeben eine perfekte Zusammenstellung. Das besondere Etwas entsteht durch die Kombination des süßsaurigen Geschmacks der eingelegten Rübe mit dem aparten Geschmack der Tatarensauce.

Zubereitung

1. Schneiden Sie die Hinona-Rübe in Scheiben.
2. Erhitzen Sie die Bratpfanne, geben Sie die Butter hinein und braten Sie die Rübenscheiben bei mittlerer Hitze an.
3. Geben Sie nun den Granulatzucker dazu, um die Rübenscheiben leicht zu karamellisieren. Sobald die Rübenstückchen weich geworden sind, in eine Form geben und abkühlen lassen.
4. Geben Sie die karamellisierten Rübenscheiben und die Vanillecreme auf die Frühlingsrollenblätter und rollen Sie sie zusammen. Versuchen Sie, sie möglichst lang und dünn zu rollen; so lassen sie sich leichter essen.
5. Frittieren Sie (4) in Öl bei 180 Grad. Die Frühlingsrollen sind fertig, wenn sie überall knusprig rotbraun geworden sind. Nehmen Sie sie heraus, schneiden Sie sie in der Mitte durch und servieren Sie sie. So einfach können Sie aus Hinona-Rüben ein Dessert zaubern. Der angenehm bittere Geschmack der Hinona-Rübe und die Süße der Vanillecreme sind zwei Geschmacksnoten, die sich unerwartet gut zu einem leckeren Ganzen ergänzen. Sie können - je nach Vorliebe - auch noch Puderzucker oder Schokoladensöße über die Frühlingsrollen geben.

Column 2 So gelingt Tee aus der Region Ômi!



Füllen Sie die Teetasse zu vier Fünftel mit heißem Wasser und lassen Sie es auf 50-60 Grad abkühlen. (Heißes Wasser kühlt alle 30 Sekunden um ca. 5 Grad ab.) Geben Sie Tee in die Teekanne, rechnen Sie dabei mit ca. 3-5 Gramm pro Person.



Geben Sie dann das abgekühlte Wasser in die Teekanne und lassen Sie es ungefähr eineinhalb Minuten ziehen. Wenn sich die Blätter zu 70-80% entfaltet haben, ist der Tee zum Trinken bereit. Achten Sie darauf, dass sich die Blätter nicht vollständig öffnen.



Gießen Sie immer nur ein bisschen reihum in jede Teetasse, damit sowohl die Menge wie auch die Geschmacksstärke gleichmäßig verteilt werden. Schenken Sie den Tee bis zum letzten Tropfen ein; gerade hier ist der Geschmack hochkonzentriert.

Der typische Geschmack des Tees aus der Region Ômi ist stark und aromatisch. Damit sich das Aroma optimal entfalten kann, ist es wichtig, die Menge an Teeblättern und Wasser und die Temperatur des Wassers exakt zu bestimmen. Am Beispiel eines erlesenen Sencha-Tees - unter den verschiedenen Teesorten wird dieser Jo-Sencha wohl am häufigsten serviert - stellt uns die „Organisation der Tee-Produzenten der Präfektur Shiga“ hier vor, wie er richtig zubereitet wird.

Perfekt für den Sommer! Sencha-Eistee

Mit dieser Methode erhält der Eistee eine auffällig süße Note. Denn gießt man grünen Tee mit kaltem Wasser auf, gibt er wenig Bitterstoffe ab und seine süße Geschmacksnote gewinnt die Oberhand. Dieser Eistee ist einfach zuzubereiten! Füllen Sie die Teekanne mit Eis und geben Sie anschließend Teeblätter gemäß der Personenzahl hinzu. Pro Person genügen 3-5 g. Der Tee ist fertig, sobald das Eis vollständig geschmolzen ist und Zimmertemperatur erreicht hat. Anders als bei einem Aufguss mit heißem Wasser bekommt der grüne Tee so einen frischen, süßlichen Geschmack - Sie werden überrascht sein!

