



Dashi ist eine japanische Brühe, die aus Kombu und Fischflocken gekocht wird. Für richtige japanische Gerichte benötigst Dashi. Was hat das mit Wagashi zu tun? Es gibt Rezepte, die nicht süß sind, in denen aber Mochi eine Rolle spielen. Für diese Rezepte benötigen wir normalerweise Dashi. Da ich Dashi nicht mag, werde ich mit Gemüsebrühe arbeiten und das Rezept dafür zusätzlich reinstellen. Aber allen, die diese Brühe und die Rezepte mit Dashi Original probieren möchten, will ich sie nicht vorenthalten.

Dashi hat einen natürliche hohen Umamigehalt, die Glutaminsäure genannt wird. Der natürliche Geschmacksverstärker in Dashi hebt die Aromen der verschiedene Zutaten natürlich hervor. Die Dashibrühe unterstreicht den Geschmack und wird dabei nicht zu dominant. Dashi lässt sich mit Sojasauce, Salz, Mirin und Gemüse der jeweiligen Saison würzen. Die Brühe ist gesund und leicht bekömmlich, fett- und kalorienarm. Sie kann Fett in der japanischen Küche, bis auf wenige Ausnahmen, ersetzen. Fett ist ein Geschmacksträger wird wird durch Dashi ersetzt.

Für Vegetarier gibt es Kombu-Dashi, welches aus Kombu gekocht wird.

Contents

- 1 Ichiban Dashi
- 2 Niban Dashi
- 3 Dashi „Kaiseki Style“
- 4 Nibon Dashi
- 5 Kombu-Shiitaki Dashi, vegetarisch
- 6 Die Haltbarkeit von Dashi

Ichiban Dashi

Die erste Dashiform wird Ichiban Dashi genannt. Sie ist eine Essenz aus Kombu und Bonito.



Sie wird vor allem für klare Suppen verwendet. Für ihre Herstellung benötigst du Kombu Algen, Katsuboshi, Bonito Fischflocken und bei Bedarf Shiitake Pilze. Die Zutaten werden gekocht und danach durch ein mit einem Tuch ausgelegtem Sieb gegossen.

Die Dashibrühe heißt Ichiban Dashi, da Fischflocken und Kombu danach erneut für die Dashiherstellung verwendet werden können. Ichi-ban bedeutet im japanischen „eins“.

Drücke die Bonitoflocken beim Durchsieben auf keinen Fall aus, da der Geschmack der Dashi dadurch ruiniert würde.

Niban Dashi

Niban Dashi bedeutet „zweite Dashi“. Sie ist der 2. Dashiaufguss. Aus Fischflocken und Kombu, wird nach der Herstellung der Ichiban-Dashi eine zweite Dashi-Brühe gekocht, die sich gut für fürs Schmoren eignen soll. Durch langes Kochen bei niedriger Temperatur werden die Geschmacksstoffe der Dashi extrahiert und kommen besonders gut zur Geltung. Die Dashi wird neben Schmorgerichten bei Misosuppen verwendet und kräftet etwas kräftiger mit Soja Sauce, Mirin, Zucker und Miso gewürzt. Hier dürfen die Bontoflocken auch ausgedrückt werden. Achtung: Die Zutaten des Kombu müssen nach dem zweiten Kochen nicht entsorgt werden.

Dashi „Kaiseki Style“

Diese Dashi Brühe wurde von einem japanischen Koch namens Murata entwickelt. Wissenschaftliche Erkenntnisse sind für Veränderungen der Dashirezeptur verantwortlich.

Folgende Erkenntnis gewann man:

Steigt die Temperatur von Kombu beim Kochen über 80°C kann kein Umami extrahiert werden. Die Hitze darf maxima 60°C sein. Die Dashi muss klar sein, ohne fischeigen bzw. bitteren Geschmack.



Nibon Dashi

Diese Dashisuppe wird aus Sardinen und Kombu gekocht und anschließend durch ein mit Stoff ausgelegtes Sieb abgeseiht.

Kombu-Shiitaki Dashi, vegetarisch

Das Kombu-Shiitaki Dashi wird aus Kombu und getrockneten Shiitakepilzen hergestellt. Dafür werden die Pilze vorher eingeweicht und mit dem Kombu zum Kochen gebracht.

Die Haltbarkeit von Dashi

Gekochte Dashi ist im Kühlschrank nicht länger als 3 Tage haltbar. Danach ist das Aroma verflogen. Es gibt die Möglichkeit Dashikonzentrat herzustellen und dieses in Form von z. B. Eiswürfeln einzufrieren.

Hier findet ihr mehr zum Thema Dashi:

Wagashi Maniacs [Rezept für Dashi](#)