

# Willkommen im Izakaya Ohayou!

## Sushi & Original Japanisch Food

OHAYOU ist ein traditionelles japanisches Restaurant, in dem Sie Sushi und andere japanische Köstlichkeiten im typisch japanischem Ambiente genießen können. Traditionell verarbeiten wir nur frische und hochwertige Zutaten. Sollten Zutaten nicht in ausgezeichneter Qualität im Markt zur Verfügung stehen, werden wir leider entsprechende Gerichte nicht anbieten können, bis die von uns geforderte Qualität wieder zur Verfügung steht. Hierfür bitten wir Sie um Verständnis – schließlich wollen wir Ihnen eine gleichbleibend hohe Qualität unserer japanischen Spezialitäten garantieren.

Sushi ist nicht nur einfach roher Fisch. Rohe Scheiben von Fisch, die in Sojasosse getunkt werden, heißen Sashimi. Zum Sushi gehört in Essig mariniertes Reis und verschiedene andere Zutaten: Eier, Gemüse, Tofu, roher oder gekochter Fisch. Das bekannteste Sushi ist das Nigiri-Sushi: Zu einem Finger geformter Reis, mit Fischfilet bedeckt. Sushi ist erstaunlich sättigend und eignet sich als ganze Mahlzeit oder als schneller Imbiss und ist auch ideal für Partys. In Japan ist es als Mittagessen beliebt und es kann auch als Imbiss nach der Arbeit zusammen mit ein paar Getränken dienen.

Wie alle Lebensmittel aus dem Meer ist Sushi reich an Vitaminen und enthält wenig gesättigte Fettsäuren. Selbst ölige Fische haben weniger Kalorien pro Gramm als Fleisch. Sie tragen vor allem dazu bei, den Cholesterinspiegel zu senken. Sushi wird immer artgerecht zubereitet. Wasabi, Essig und die zur Deko verwendeten Bambusblätter sind natürliche Keimtöter.

## Wo essen denn die Japaner in München Sushi?

Antwort: Im japanischem Restaurant OHAYOU – München Schwabing an der Kreuzung Belgradstrasse / Karl-Theodor-Strasse. Regelmäßig essen japanische Landsleute in unserem Restaurant Sushi und typische japanische Kost. Zur Mittagszeit besuchen uns japanische Geschäftsleute, abends kommen häufig auch Familien. Sogar japanische Hochzeiten werden hier von gelegentlich gefeiert.

## Sushi richtig essen...

Meist werden Stäbchen gereicht, doch sagt man, dass Nigiri besser schmeckt, wenn man es mit der Hand isst. Gießen Sie ein bißchen Sojasoße auf Ihren Teller, tunken Sie den Belag vorsichtig in die Soße, wobei Sie es mit dem Finger festhalten sollten, damit es nicht vom Reis fällt, und führen Sie es ohne abzusetzen zum Mund. Für Sashimi braucht man Stäbchen, geben Sie scharfe, grüne Wasabi (scharfer grüner Meerrettich) in die Sojasauce oder direkt auf den Fisch. Beim Nigiri fügt der Koch das Wasabi hinzu. Mit Wasabi kann zusätzlich gewürzt werden. Bevor man eine andere Sushi-Variation isst, neutralisiert man den Geschmack mit Gari (eingelegtem Ingwer).



## Tipps für Geschäftsessen mit Japanern

- Trinkt man zum Sushi Sake – den japanischen Reiswein – so werden die Gäste nach ihrer Wichtigkeit bedient.
- Sake schenkt man sich selbst nicht nach – man wartet bis der Nachbar nachschenkt.
- Sie können Sushi auch durchaus mit den Händen essen. Dies ist in Japan neben dem Verzehr mit Stäbchen durchaus üblich.
- Nach dem Eintunken wird das Sushi-Stück mit einem Biss gegessen.
- Dem Einschenkenden wird vor dem Trinken zugeprostet.
- Tauchen Sie Ihr Stück Sushi mit der Fischseite in das Schälchen mit der Soja-Sosse – niemals den Reis, da dieser dann auseinanderfallen könnte, was in Japan als sehr unfein gilt.
- Zeigen Sie nie mit Ihren Stäbchen auf Dinge oder gar Personen. Dies gilt in Japan als sehr unhöflich.