

## Presstext

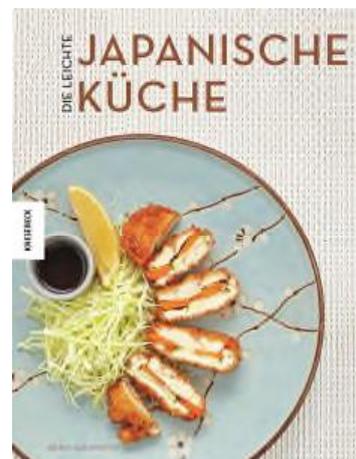
In diesem Buch erkundet Reiko Hashimoto in 100 köstlichen Rezepten die gesundheitlichen Vorteile der japanischen Küche – ein schlanker Körper, stabile Blutzuckerwerte, beweglichere Gelenke und eine längere Lebenserwartung. Entgegen dem Mythos, dass japanische Küche kompliziert und schwer zugänglich ist, sind die Rezepte leicht nachzukochen und reichen von Basics wie japanischer Mayonnaise bis zu technisch komplexen Gerichten wie Sobarollen mit Nori. Ergänzt durch Tipps zu Geräten und Hilfsmitteln sowie einem passenden Namensregister für japanische Zutaten und Getränke, ist das Buch perfekt für Einsteiger und alle, die gesund leben und die Kunst des japanischen Kochens perfektionieren wollen.



**Reiko Hashimoto** wurde in Kyoto, der alten Hauptstadt Japans, geboren und liebt seit ihrer Kindheit die traditionellen japanischen Aromen. Nach Arbeitserfahrungen auf der ganzen Welt eröffnete sie in London ihr Unternehmen *Hashi Cooking*, in dem sie vermittelt, wie man

authentische japanische Gerichte mit frischen Zutaten in einer westlichen Küche zubereitet. Zu ihren Schülern gehörten bekannte Küchenchefs, doch viele der Teilnehmer ihrer Kurse sind absolute Anfänger, weshalb Reiko ihre Rezepte einfach und leicht verständlich gestaltet. Durch ihre Kochschule hat sich Reiko eine treue Fangemeinde erarbeitet und unterrichtet auf der ganzen Welt. Sie war im britischen Fernsehen als Gastköchin zu sehen und stand im Finale für den Publikumspreis der *British Cookery School Awards*.

**KNESEBECK**  
Das besondere Buch



**Reiko Hashimoto**

## Die leichte japanische Küche

**Gebunden, 240 Seiten,  
mit 150 farbigen Abbildungen,  
aus dem Englischen von Susanne  
Schmidt-Wussow  
Preis € 25,- [D] 25,70 [A]  
ISBN 978-3- 95728-094-7  
Erscheinungstermin 15. März 2018**

Weitere Informationen unter:  
<https://hashicooking.co.uk>  
Facebook: /hashicooking  
Instagram: @hashicooking  
Twitter: @hashicooking

Gerne senden wir Ihnen die Übersicht aller freigegebenen Pressebilder. Im Rahmen einer Rezension sind das Cover sowie bis zu drei der folgenden Fotografien (sowie die dazugehörigen Rezepte) zum Abdruck freigegeben: S. 45, S. 46, S. 54, S. 72, S. 82, S. 85, S. 96, S. 99, S. 108, S. 118, S. 123, S. 175, S. 203, S. 211, S. 216.

## Pressebilder

Reiko Hashimoto: Die leichte japanische Küche

**KNESEBECK**

*Das besondere Buch*



**Bild 1**

Seite 45

Miso-Arancini



**Bild 2**

Seite 46

Kross frittierte Shiso-Avocado



**Bild 3**

Seite 54

Reis mit Thunfischatar



**Bild 4**

Seite 72

Ramensuppe mit Char Sui



**Bild 5**  
Seite 82  
Sobarollen mit Nori



**Bild 6**  
Seite 85  
Herzhafte Pfannkuchen (Okonomiyaki)



**Bild 7**  
Seite 96  
Sardinen mit Umeboshi



**Bild 8**  
Seite 99  
Sashimi mit Yuzu-Trüffel-Sauce



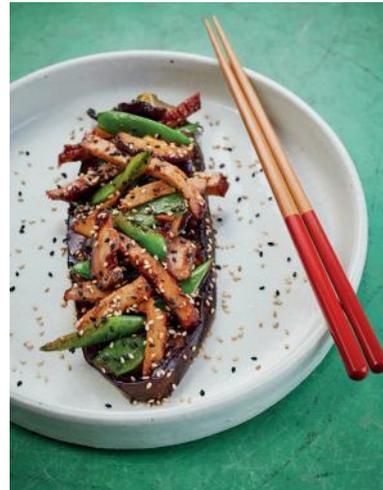
**Bild 9**  
Seite 108  
Scharfe Misosuppe mit Garnelen-  
Hühnerfleisch-Nocken



**Bild 10**  
Seite 118  
Schweinebauch mit Miso-Apple-Sauce



**Bild 11**  
Seite 123  
Wafu-Miso-Steak



**Bild 12**  
Seite 175  
Auberginensteaks mit Räuchertofu und  
Shitake



**Bild 13**  
Seite 203  
Vegetarische Feinschmeckerrollen



**Bild 14**  
Seite 211  
Erdbeer-Mochi



**Bild 15**  
Seite 216  
Matchasoufflés



**Bild 16**  
Autorenfoto Reiko Hashimoto

**Copyright:**  
Jodi Hinds/Knesebeck Verlag

**Auf Wunsch senden wir Ihnen gerne Druckdaten. Bis zu drei Fotos, ein Autorenfoto sowie das Cover sind im Kontext einer Buchbesprechung honorarfrei.**

**Online dürfen Sie gern mehr Bilder (in geringerer Auflösung) zeigen. Für TV-Beiträge können Sie ebenfalls mehr Bildmaterial verwenden. Melden Sie sich dazu gern bei uns!**