



### **RAW**

**DÖRREN, FERMENTIEREN, PÖKELN & BEIZEN**

224 Seiten | zahlr. Farbfotos

22 x 28 cm | Hardcover

49,90 (D) | 51,90 (A)

ISBN: 978-3-96033-139-1

**Erscheinungstermin: 3. Mai 2022**

Blick ins Buch: <https://bit.ly/3LWdl8g>

### **Zurück zu den kulinarischen Wurzeln**

Im neuen, großformatigen TEUBNER Titel RAW geht es nicht allein um die Rohkostküche: Hier steht der Genuss im Mittelpunkt. In über 60 Rezepten werden Zubereitungstechniken für Nahrungsmittel wie Fisch, Fleisch, Obst und Gemüse jenseits von Kochen, Braten und Grillen vorgestellt. Was sich genau dahinter verbirgt sind antike Konservierungsmethoden, die vor der Erfindung von Kühlschränken und Tiefkühlfächern gang und gäbe waren. Dass diese Techniken seit einigen Jahren eine Renaissance erleben, ist der Slow-Food-Bewegung und zahllosen Spitzenköch:innen zu verdanken. Diese brachten eine neue-alte Art des Umgangs mit unseren Lebensmitteln ins Bewusstsein vieler Verbraucher:innen. Die Definition von „Raw“ wird dabei bewusst breit und flexibel ausgelegt, um dem Genuss keine Grenze zu setzen. Ziel ist es schließlich, „rohe“ Produkte vermehrt in unsere Küchen zu integrieren, Anderes aber nicht kategorisch auszuschließen.

### **Neue, alte kulinarische Sphären**

RAW bietet alle wichtigen Basics und küchenpraktische Inhalte in gewohnter TEUBNER Manier, um sich in die Welt des Pökeln, Beizens, Dörrens oder Fermentierens einzufinden. Neugier und Experimentierfreude sind dabei ebenso Grundvoraussetzung wie Zeit und Geduld. Denn wenn der gebeizte Rehrücken etwa 1 ½ Tage kühl steht, Rot- oder Weißkohl mindestens 8 Tage fermentieren oder ein luftgetrockneter Schweinebauch erst nach über 3 Wochen Aroma entwickelt, wird klar, dass dies kein Buch für Fast-Food-Liebhaber:innen, sondern für geduldige Genießer:innen ist. Zu entdecken gibt es im Gegenzug Fisch, Fleisch und Pflanzen in neuer, geschmacklicher Dimension. Denn was einst allein der Haltbarkeit diene, überrascht heute mit Texturen und Aromen, die wir längst vergessen hatten.

---

#### **Pressekontakt**

Tre Torri Verlag GmbH  
Alina Fassbinder  
Sonnenberger Straße 43  
D-65191 Wiesbaden  
[presse@tretorri.de](mailto:presse@tretorri.de)

## RAW-Kost aus aller Welt

Der neue TEUBNER Titel bietet auf 224 Seiten einen fundierten Überblick über alte Kulturtechniken und erzählt deren Geschichte. Die Rezepte sind dabei so vielfältig wie die Küchentechniken selbst. Althergebrachte Kulturtechniken werden ebenso erläutert, wie die Zubereitung beliebter Klassiker wie Rindertatar und Carpaccio. Exotische Gerichte wie Hawaiianischer Thunfischsalat, Koreanischer Kimchi oder Sashimi mit eingelegtem Ingwer zeigen Herangehensweisen aus aller Welt. Wer sich darauf einlässt, wird entdecken, wie einem Lebensmittel, die man längst zu kennen glaubt, plötzlich hinsichtlich Textur und Geschmack überraschen und wie viel Spaß es macht, Mikroorganismen etwa bei der Fermentation die Arbeit übernehmen zu lassen.

### Innenseiten zur Ansicht:



## Rindertatar

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

600 g nichtfertigtes Rindertatar  
 1 Schalotte  
 2 kleine Gewürzgurken  
 2 TL Kapern  
 2 Stange Knoblauch  
 3 Birgeln Pfefferkörner  
 1 Eigelb (E)  
 4 TL Tomatenketchup  
 1 Shotz Cognac  
 1-2 EL Sonnenblumenöl  
 Tabasco nach Geschmack  
 Salz  
 Pfeffer  
 1 kleine Zwiebel

Zum besseren Schneiden das Rindertatar kurz anfrischen. Anschließend mit einem scharfen Messer in kleine Würfel schneiden und kalt lassen. Schalotte schälen und mit dem Gewürzgurken in sehr kleine Würfel schneiden. Kapern abschöpfen lassen. Knoblauchflöckchen mit Wasser abschülen und sehr klein hacken. Pfefferkörner mit Stängeln fein hacken. Tatar mit den vorbereiteten Zutaten sowie Eigelb, Knoblauch, Cognac, Sonnenblumenöl und Tabasco gemächlich kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Zwiebel schälen, in dünne Ringe schneiden und das Tatar damit bestreuen.



Ruh

90/99



## Gedämpfte Jakobsmuscheln

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

4 Jakobsmuscheln  
 1 Frühlingzwiebel  
 2 EL Reisöl  
 1 gehackte Knoblauchzahn  
 2 EL helles Sojasauc

Die Jakobsmuscheln putzen, öffnen und auf einen Teller setzen. Das Frühlingzwiebel putzen und schräg in Ringe schneiden. Die Jakobsmuscheln in den Dampfer stellen und ca. 4-5 Min. garen. In der Zwischenzeit in einem Wok

oder einer tiefen Pfanne das Öl stark erhitzen, Knoblauch und Frühlingzwiebel darin kurz rösten, die Sojasauc über die Jakobsmuscheln gießen. Frühlingzwiebel zugeben und in der Schale servieren.

Ruh

90/97

## Gedämpfte Austern

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

12 Austern  
 100 ml Weißwein oder Bier  
 1 Frühlingzwiebel  
 Zitronen  
 geklärte Butter

Die Austern unter fließend kaltem Wasser abspülen und Verunreinigungen entfernen. Austern mit bewässelter oder gewässelter Schale aussortieren und entsorgen. Einen Topf oder Wok ca. 5 cm hoch mit Wasser und Wein oder Bier füllen. Frühlingzwiebel putzen und in feine Ringe schneiden. Die Austern öffnen.

Den Dämpfer mit Wasser füllen, die Austern vorsichtig in den Einsatz geben und den Deckel auflegen. Die Frühlingzwiebeln und die Austern ca. 5 Minuten dämpfen. Zitronen zerhacken und die Sahne über den Austern ausdrücken. Mit der geklärten Butter bestreuen und mit den Frühlingzwiebeln bestreuen.

Den Dämpfer mit Wasser füllen, die Austern vorsichtig in den Einsatz geben und den Deckel auflegen. Die Frühlingzwiebeln und die Austern ca. 5 Minuten dämpfen. Zitronen zerhacken und die Sahne über den Austern ausdrücken. Mit der geklärten Butter bestreuen und mit den Frühlingzwiebeln bestreuen.





Fermentieren

## Salat mit fermentierten Eiern

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- 4 fermentierte Eiteneier
- 1 Stück Ingwer (ca. 1 cm lang)
- 2 EL Sesamöl
- 2 EL Sonnenblumenöl
- 2 TL Aceto balsamico
- 2 EL halbe Sojasauc

Die Eiteneier pellen, unter fließendem kaltem Wasser abspülen, abtropfen lassen und in Becherei schneiden. Ingwer schälen und in sehr feine Streifen schneiden. Mit den restlichen Zutaten vermischen, die Eier damit bestreuen und servieren. Fermentierte Eier sind in vielen Anlässen als Pickal oder Tausendjährige Eier erhältlich.

Weitere Informationen zu unserem Verlag und Programm finden Sie unter [www.tretorri.de](http://www.tretorri.de)