

**DEIN
LIEBLINGS
KOCH**

GUTE
ZUTATEN
BESSERE
MOMENTE

REZEPTE, DIE BLEIBEN.

RAMEN

Rind · Huhn · Räucheraal

Signature Recipe
Ben Henger

EIN
BOWL
VIELE
GESCHICHTEN



FOOD
PEOPLE
GOOD TIMES

01

REZEPT
EDITION
MMXXV

DIE BASIS

Brühe • Tare • Oil • Bowl

01 RINDERBASIS

2 kg Rinderknochen • 1 kg Markknochen •
1–1,5 kg Beinscheibe/Brust • Zwiebel •
Knoblauch • Ingwer • Lauch.
Knochen und Fleisch kräftig rösten. Mit 6–7 l
Wasser kalt ansetzen, abschäumen und
12–16 Std. sanft ziehen lassen.
Ziel: ca. 4 l tiefe, dunkle Rinderbrühe.

02 HUHNER + RÄUCHERAAL

2 kg Hühnerkarkassen • 1 kg Flügel • 500 g Füße •
250–350 g geräucherter Aal • Shiitake.
Alles in der Rinderbrühe 5–6 Std. sanft kochen.
Shiitake erst in der letzten Stunde, Aal erst die
letzten 30–45 Min.
Ziel: Rauch, Tiefe, Umami – nicht zu dominant.

03 SHOYU-AAL-TARE

250 ml Sojasauce • 100 ml helle Sojasauce •
100 ml Mirin • 100 ml Sake • 30 ml Reisessig •
15 g brauner Zucker • Kombu • Shiitake •
Katsuobushi.
Kurz erwärmen, ziehen lassen, passieren.
Pro Bowl: 30–35 ml Tare.

04 AROMA OIL

Hühnerhaut/Hühnerfett langsam auslassen.
Aalhaut, Frühlingszwiebel, Ingwer und
Knoblauch mitziehen lassen. Passieren.
Pro Bowl: 1–2 EL.

05 SERVE

35 ml Tare • 15 ml Oil • 380 ml Brühe •
frische Ramen-Nudeln • Short Rib oder Brust •
Ajitama • etwas Aalfleisch • Frühlingszwiebel •
Menma • Nori.



“

**Der Aal soll nicht
nach vorn springen.
Er soll Tiefe geben.**

ALLES BEREIT.

Einkauf · Zubehör · Alternativen

Für den Ansatz auf Seite 2. Toppings nach Anzahl der Bowls.

01 | BRÜHE & AROMATEN

- ☐ **2 kg Rindknochen + 1 kg Markknochen**
Alternative: 3 kg gemischte, fleischige Suppenknochen.
- ☐ **1–1,5 kg Beinscheibe oder Brust**
Alternative: Short Rib; Garzeit entsprechend anpassen.
- ☐ **2 kg Hühnerkarkassen + 1 kg Flügel**
Alternative: 3 kg Hühner-Rückenteile und Flügel gemischt.
- ☐ **500 g Hühnerfüße**
Alternative: 500 g zusätzliche Flügel; weniger Gelatine.
- ☐ **250–350 g Räucheraal**
Alternative: geräucherte Forelle; kürzer ziehen lassen.
- ☐ **Zwiebel · Knoblauch · Ingwer · Lauch***
Alternative zum Lauch: Frühlingszwiebelgrün.
- ☐ **Shiitake* · 6–7 l Wasser zum Ansetzen**
Alternative zu Shiitake: getrocknete Steinpilze.

02 | TARE & AROMA OIL

- ☐ **250 ml Sojasauce + 100 ml helle Sojasauce**
Alternative: 350 ml Shoyu; Salzgehalt abschmecken.
- ☐ **100 ml Mirin + 100 ml Sake**
Alternative: alkoholfreie Varianten; Süße abstimmen.
- ☐ **30 ml Reisessig + 15 g brauner Zucker**
Alternative: milder Apfelessig + weißer Zucker.
- ☐ **Kombu · Shiitake · Katsuobushi***
Alternative zu Katsuobushi: mehr Shiitake; anderer Duft.
- ☐ **Hühnerhaut/-fett · Aalhaut***
Alternative: neutrales Öl; Aalhaut kann entfallen.
- ☐ **Frühlingszwiebel · Ingwer · Knoblauch***
Alternative zur Frühlingszwiebel: Schalotte.

04 | BOWL & TOPPINGS

Ramen-Nudeln* → alternativ Weizennudeln.
 Brust / Short Rib* → Fleisch aus dem Brühenansatz.
 Ajitama* → alternativ weich gekochtes Ei.
 Aalfleisch* → alternativ Räucherforelle.
 Frühlingszwiebel · Menma · Nori* → Schnittlauch,
 Bambussprossen natur bzw. gerösteter Sesam.

03 | WERKZEUG

GROSSER BRÜHETOPF

Etwa 15–20 l, mit ausreichend Platz.
 Alternative: Ansatz auf 2 Töpfe teilen.

OFEN + TIEFES BLECH

Für Knochen und Fleisch.
 Alternative: portionsweise im Bräter.

FEINES SIEB + KELLE

Zum Abschäumen und Passieren.
 Alternative: Durchschlag + Passiertuch.

KLEINER TOPF + PFANNE

Für Tare und Aroma Oil.
 Alternative: einen Topf nacheinander.

MESSBECHER + WAAGE

Dazu Messer, Brett und Schüsseln.
 Alternative zum Messlöffel: Messbecher.

NUDELTOPF + ZANGE

Zum separaten Garen der Nudeln.
 Alternative: Topf + Sieb; Essstäbchen.

PRO BOWL

380 ml Brühe · 35 ml Tare
15 ml Aroma Oil

Nudeln separat kochen. Schüssel vorwärmen.
 Tare + Oil hinein, mit heißer Brühe auffüllen.
 Dann Nudeln und Toppings einsetzen.

* Ohne feste Mengenangabe: nach Bedarf. Alternativen verändern das Aroma. Rinderbasis: ca. 4 l.
 Mengenangaben sind Richtwerte. Je nach Produktqualität, Größe und Wassergehalt der Zutaten sowie Kochgeschirr, Hitze und Garzeit kann der Bedarf variieren. Konsistenz prüfen und nach Geschmack abschmecken.