

Yu Zhang

Buddha *sprang* über die Mauer

Ein südchinesisches Kulinarium



mandelbaum *verlag*

www.mandelbaum.at

ISBN 978-3-85476-317-8

© Mandelbaum Verlag Wien 2009

Alle Rechte vorbehalten

1. Auflage 2009

Lektorat und Satz: INGE FASAN

Umschlaggestaltung: MICHAEL BAICULESCU

Coverillustration und Vorsatz: LINDA WOLFGRUBER

Druck: INTERPRESS, BUDAPEST

INHALT

Vorwort	8
Essen und Trinken – Der Himmel der Menschheit	13
Chinesische Esskultur und ihre Vielfalt	17
Regionale Unterschiede und ihre Hintergründe	18
Reis versus Weizen	34
Gewürze und Kräuter	40
Die acht beliebtesten Soßen	41
Straßenbude versus Luxusrestaurant & Palastessen	43
Bäuerliche Gerichte – einfach und gut	45
Speisen der Mönche – leichte vegetarische Küche	46
Heilküche mit medizinischer Wirkung	47
Das Familienessen –	
Zusammenkunft und Zusammenhalt der Familie	47
Das opulente Geschäftsessen	48
Feiertage & Festessen	50
Gebräuche rund ums Essen & Tischsitten	51
Die chinesische Trinkkultur	54
Das unentdeckte zentralchinesische Kulinarium	59
<i>Er-Kulinarium aus der Provinz Hubei</i>	61
Der Wuchang-Fisch aus dem Jangtse-Fluss	61
Pfirsichblütenfisch – die Tränen der Konkubine Zhaojun	62
Fischkuchen à la Kaiserin Xiang	62
Sesambonbons aus Xiaogan	63
Suppen und kleine Leckereien	65
Hauptgerichte	70
Desserts	80
<i>Gan-Kulinarium aus der Provinz Jiangxi</i>	85
Die Pagode des Prinzen Teng –	
Dichtertreff seit der Ming-Dynastie	85
Der Poyang-See und die Reisfelder	86
Suppen und kleine Leckereien	88
Hauptgerichte	93
Desserts	107

<i>Xiang-Kulinarium aus der Provinz Hunan – Heimat der Schärfe</i>	113
»Mao-Küche«	113
Bleibende Schärfe	114
Suppen und kleine Leckereien	115
Hauptgerichte	120
Desserts	131

Das südchinesische Kulinarium – mehr als Dim Sum 137

<i>Yue-Kulinarium (Kanton-Küche) aus der Provinz Guangdong</i>	139
Die milde Frische und die Suppenkultur	140
Dim Sum auf dem Rollwagen	141
Die Entenbude auf der Straße und die Grillsoßen	142
Suppen und kleine Leckereien	144
Hauptgerichte	150
Desserts	161

<i>Min-Kulinarium – Köstlichkeiten aus der Provinz Fujian</i>	165
»Buddha sprang über die Mauer« – Kaiserliches aus dem Süden	165
Einfluss auf die taiwanesischen Küche	166
Nur für Kenner – rohes Krabbenöl und frische Fischbällchen	166
Suppen und kleine Leckereien	168
Hauptgerichte	174
Desserts	186

Anhang 191

Wie man Reis kocht	192
Glossar	194
Die chinesischen Dynastien	206
Die Autorin	207
Rezeptverzeichnis	208

Danken möchte ich ganz herzlich denjenigen, die mir bei diesem Buch geholfen haben. Mein besonderer Dank gilt Jutta, die in »chinesischem Tempo« unermüdlich Texte redigiert hat; Martin, der sich immer wieder als Testesser zur Verfügung gestellt hat, und das nicht nur zu meinen Gunsten; Maximilian Xi, der mich immer wieder inspiriert hat. Zuletzt ein großer Dank an meinen Verleger Herrn Baiculescu und sein tolles Team, die mich sehr motiviert und unterstützt haben.

VORWORT

Das sogenannte Reich der Mitte genießt zurzeit in Europa eine starke Medienpräsenz, und das nicht nur bei den Entscheidungsträgern aus Politik und Wirtschaft, sondern auch in breiten Bevölkerungskreisen. Ob in Leitmedien, in regionalen Zeitungen oder auf Onlineplattformen – überall wird regelmäßig über China berichtet. Dies hat nicht zuletzt mit dem Wirtschaftsboom und dem Globalisierungsprozess des Landes zu tun. Dabei halten sich die Bewunderung für den beispiellosen wirtschaftlichen Aufschwung sowie für die kulturelle Prägung und die Kritik an politischen und gesellschaftlichen Verhältnissen die Waage. Trotz dieser starken Medienpräsenz ist China für viele Europäerinnen und Europäer unendlich weit entfernt und fremd.

Im Rahmen meiner Gastprofessorentätigkeit führten wir im Jahr 2003 eine Befragung durch mit dem Ziel zu ermitteln, was die Deutschen mit China am ehesten assoziieren würden. Es war nicht die Kulturrevolution oder der Wirtschaftsboom, Shanghai oder der Kommunismus, die im Vordergrund standen; die Menschen nannten am häufigsten das chinesische Essen. Über das Thema Essen finden die Menschen also viel leichter Zugang zu einer fremden Kultur.

In der Tat gibt es inzwischen in fast jeder Stadt Deutschlands, Österreichs und der Schweiz chinesische Restaurants. Allein in Berlin bieten mehr als 600 chinesische Gastronomen chinesisches Essen an, mal original, meist aber »ingedeutscht«. Die zahllosen Chinarestaurants in Deutschland transferieren Esskultur und Lebensart, sie tragen jedoch auch zum Klischee bei: Geht man nach der Masse der Anbieter, so scheint die Speisekarte der Chinesen aus Chop-Suey, knuspriger Ente und der allgegenwärtigen Sauer-Scharf-Suppe zu bestehen. Genau wie der türkische Döner sind diese Gerichte in ihrer hiesigen Zubereitungsart im Westen erfunden worden oder entstanden. Nach vielen Klassikern auf den Speisekarten europäischer Chinarestaurants werden Sie in China selbst vergeblich suchen.

Ich kam auf die Idee, ein Buch über die chinesische Esskultur zu verfassen, als wir im letzten Jahr die Gründung der Gesellschaft für deutsch-chinesischen kulturellen Austausch e.V. mit einem guten chinesischen Essen feierten und – wie das Chinesen gern und häufig tun – über die Ess- und Trinkkultur Chinas sprachen. Nicht nur die chinesischen, sondern auch die deutschen Teilnehmerinnen und Teilnehmer waren von der Idee begeistert, ein Büchlein über die chinesische Esskultur zu verfassen. Wir diskutierten über die Neugier der Menschen hinsichtlich fremder Kochkulturen, über Chinas Entwicklung und seine Speisenvielfalt.

China hat in seiner Geschichte viele Brüche aufzuweisen. Werte und Sitten, die jahrhundertlang als Orientierung dienten, sind gänzlich oder teilweise in den Hintergrund getreten. Die Kulturrevolution hat diesen Prozess, der sich ja in der einen oder anderen Form auf dem gesamten Globus abspielt, mit einer unglaublichen Radikalität vorangetrieben. Sie hat nur wenige Konstanten übrig gelassen; eine davon ist die Esskultur. Viele regionale Küchen weisen Traditionen auf, die älter sind als alles Vergleichbare in Europa. Hier sind Erfahrungen gespeichert, die nicht nur auf kulinarischen Genuss abzielen, sondern den Körper als Ganzes wahrnehmen. Daher ist das Essen so wichtig für uns Chinesen. In der Esskultur erkennen wir unsere Wurzeln, die an anderen Orten unserer kulturellen Landkarte verschüttet oder abgeschnitten sind. Mit unseren Speisen identifizieren wir uns, wir sind so stolz darauf, dass wir den gesamten Erdball damit beglücken wollen – mit Erfolg, wie ich meine. Schon der Reis als Grundnahrungsmittel ist für uns Auslandschinesen so großartig, dass wir ihn niemals durch das anerkannt gute deutsche Brot oder die italienische Pasta ersetzen würden.

Bereits vieles ist zum Thema chinesische Kultur vermittelt worden: Es gab zahlreiche Ausstellungen im deutschsprachigen Raum, so das große Format auf der documenta Kassel 2007 mit Inszenierungen von 1001 chinesischen Künstlerinnen und Künstlern. Auch an anderen Orten – etwa Berlin, Hamburg, München und Wien – gibt es immer wieder große oder kleinere Ausstellungen mit chinesischer Kunst zu sehen. Mehr als hundert Konfuzius-Institute (das chinesische Pendant zum Goethe-Institut) zur Vermittlung von chinesischer Kultur gibt es bereits in Europa. In diesem Boom des Austauschs kommt die chinesische Kochkultur nur am Rande vor. Essen ist aber ein unentbehrlicher Teil der chinesischen Kultur. Wie oft

habe ich in den 17 Jahren, die ich nun in Deutschland lebe, europäischen Freunden mit schmackhaften chinesischen Speisen Freude bereiten können.

Meister Konfuzius, einst politischer Berater des Kaisers und später bekannter Philosoph, sagte einmal, dass er aus der Küche eines Landes erkennen könne, ob die Regierung des jeweiligen Staates gut oder schlecht sei. Der Hintergrund dazu ist der Folgende: Für den Chinesen der alten Zeit ist die Welt eine Einheit aus Yin und Yang, ein großer Organismus, dessen wichtigste Grundeinheit der Mensch ist. Dabei spielen Harmonie und Balance eine zentrale Rolle. Ein Mensch hat die Aufgabe, Harmonie herzustellen. Größte Harmonie bringt das größte Glück und bedeutet innigsten Frieden für den Menschen.

In China ist das Essen ein Versuch der Abrundung, die chinesische Küche ist ein Kunstwerk, das Bestandteil der angestrebten Harmonie sein sollte. Chinesen sprechen in gleicher Weise über das Essen wie über ein Gemälde oder ein schönes Gedicht. In China sagt man, dass Kochen eine Kunst sei, in der sich jeder als Künstler bzw. Künstlerin verwirklichen oder betätigen könne. Auch das Verspeisen des Gekochten ist eine Kunst, das Ambiente muss mit dem Essen ebenfalls in Einklang stehen und ein höchst harmonisches Bild ergeben.

Als ich mit meinem Verleger die Idee besprach, ein besonderes China-Kochbuch zu verfassen, war bald klar, dass die Küchen- und Esskultur Chinas zu vielseitig ist, um in einem einzigen Büchlein erläutert zu werden. Daher habe ich zuerst einen Teil Chinas – fünf Provinzen in Zentral- und Südchina – ausgesucht. Die Provinz Guangdong (hier oft Kanton genannt) ist vielen ein Begriff, meist verbunden mit der »Kanton-Ente« (die in der originalen Zubereitungsart gegrillt und mit Knochen serviert wird). Die Provinzen Jiangxi, Hunan, Hubei und Fujian sind in Europa meist noch unbekannt. Es ist ein angenehmer Nebeneffekt, diese Provinzen, die jeweils mehr als 40 Millionen Einwohnerinnen und Einwohner haben, kurz vorstellen und dem geneigten Lesepublikum kulinarisch bekannt machen zu können.

Mit diesem Buch möchte ich Ihnen meine persönliche Interpretation eines Teils der chinesischen Esskultur vorstellen und meine Erfahrungen mit Ihnen teilen. Als geborene Südchinesin reiste ich bereits in Kindheit und Jugend mit meiner Familie viel umher und lebte in verschiedenen Städten Chinas. Durch regelmäßige Ge-

schäfts- oder Ferienreisen entdeckte ich die Vorzüge der Küche vieler Gegenden und Regionen Chinas und lernte dabei unter anderem, dass die Schärfe in der Provinz Hunan eine andere ist als in den Provinzen Sichuan oder Jiangxi und dass Fischbällchen nicht gleich Fischbällchen sind.

Kochen ist immer von einer persönlichen Note bestimmt. Ich selbst koche zum Beispiel sehr pragmatisch. Vieles hängt von den gerade frisch verfügbaren Zutaten ab. Natürlich sind die Basisgewürze wie Soja- oder Austernsoße, Ingwer, chinesischer Essig, Sesamöl und Fünf-Gewürze-Mischung (Fünf-Gewürze-Pulver genannt) immer mit dabei. In diesem Buch sollen hauptsächlich jene Gerichte beschrieben werden, die nicht kompliziert nachzukochen sind. Ich halte es für ein Klischee, dass chinesisches Essen immer aufwendig sein muss. Irgendein Weltreisender berichtete, er habe während der wenigen Wochen, die er in China verbrachte, bei chinesischen Gastgebern einmal ein aufwendiges Festmahl mit mehr als 30 Gängen serviert bekommen, wie es ursprünglich für den Kaiser bestimmt war. Er trägt die Schuld dafür, dass man in Europa unter originaler chinesischer Küche ausschließlich die kompliziert zuzubereitenden Schwalbennester, Haifischflossen und Bärenfüße versteht. Die besten chinesischen Gerichte sind aber überraschend einfach. Die Garzeit muss nicht Stunden betragen, denn so behalten die Gerichte ihre Frische. Durch sie hat die chinesische Küche ihren exzellenten Ruf bekommen.

Chinesische Speisen sind vielseitig und regional unterschiedlich. Manchmal bestehen sogar einige Gemeinsamkeiten zwischen der chinesischen und europäischen Küche. Viele Deutsche staunen, dass in China auch Schweinehaxe gegessen wird, aber zarter, in mundgerechte Stücke geteilt und je nach Geschmacksvorlieben zubereitet. Die meisten Rezepte in diesem Buch sind so beschrieben, dass man sie in einem europäischen Haushalt leicht nachkochen kann. Je nach Zeitbudget gibt es aufwendigere, aber auch einfache Rezepte.

Und noch eines: Zutaten, die Ihnen vielleicht »chinesisch« vorkommen, sind in einem kleinen Glossar am Ende des Buches erklärt.

Ich wünsche Ihnen gutes Gelingen!

Yu Zhang

民以食爲天

**ESSEN UND TRINKEN –
DER HIMMEL DER MENSCHHEIT**

Das Essen spielt im Alltag der Chinesen eine außerordentliche Rolle: Statt »Wie geht's?« zur Begrüßung heißt es oft noch: »Haben Sie/Hast du schon gegessen?« Auch wenn diese Begrüßungsformel allmählich in Großstädten und von der jüngeren Generation weniger benutzt wird, zeigt sie, wie eng Essen und Kommunikation verknüpft sind.

Es gibt ein bekanntes chinesisches Sprichwort, das die Bedeutung des Essens hervorhebt: »Die Menschen halten das Essen für so wichtig wie den Himmel; der Geschmack der Speisen geht allem anderen vor!« Das Essen trägt also den Himmel.

Essen (chì), Trinken (hē), Spielen (wán) und Freude (lè) sind die vier Elemente der chinesischen Genussskultur. Sie stellen die positiven Eigenschaften eines Genießers dar. Viele der großen Philosophen, Schriftsteller und Künstler Chinas nannten sich selbst gerne Feinschmecker. Es fällt also auf, dass die chinesische Esskultur nicht nur an die Notwendigkeit der schlichten Nahrungsaufnahme gebunden ist, sondern darüber hinaus auch eine tiefere Bedeutung bietet. Seit Tausenden von Jahren nimmt sie in der Kunst Chinas, gleich einem Gedicht oder einem Gemälde, einen festen Platz ein.

Dass das genussreiche Essen für Chinesen unverzichtbar ist, hängt mit einer langen Tradition zusammen: Schon vor ca. 3.000 Jahren, in der Yin- und Zhou-Zeit, wurden bereits Sojasoße, chinesischer Essig und Reiswein hergestellt und einige Aromen auf der Basis von verschiedenen Kräutern entdeckt und verfeinert. In der »Frühlings- und Herbstperiode« bzw. in der Zeit der »Streitenden Reiche« (ca. 700–221 v. Chr.) wurde die chinesische Küche weiterentwickelt. Nach Auskunft des chinesischen Lebensmittelverbandes erschien das erste Kochbuch »Lushi Chunqiu« (Annalen für Lue) in dieser Zeit. Darin wurde beschrieben, dass die Kontrolle über die Flamme und die Beherrschung des Würzens für ein gelungenes Gericht entscheidend sei.

Vier Elemente sind für das chinesische Essen sehr wichtig: Aussehen (Farbkombination), Form, Duft und Geschmack. Ein richtig gutes chinesisches Essen muss diese vier Voraussetzungen erfüllen und ein entsprechendes Gesamtbild ergeben. Wenn das Essen nur guten Geschmack hat, aber keine gute Form oder langweilige Farben, so wird das in der Kochkunst nicht akzeptiert. Dies hat mit dem chinesischen Harmoniedenken und dem taoistischen Yin- und Yang-Prinzip zu tun. Alle Lebensvorgänge werden in China Yin (Kälte, Weiblichkeit) und Yang (Wärme, Männlichkeit) zugeordnet.