

# RAMEN RYKKER

## – SMAG PÅ JAPAN I DANMARK

Japanerne har mindst lige så travlt, som vi har i vores del af verden, og de holder færre ferier. Alligevel lever de længere. Måske fordi de spiser anderledes? Ramen – som ikke har mange lighedspunkter med de ‘cup noodles’, du spiste i 90’erne – er japanernes hofret nummer et, og nu skal danskerne også gå på ramenbar

Vidste du, at sushi langt fra er den mad, der bliver spist mest af i Japan? Det, som japanerne spiser allermest af, er nuddelsuppe – ramen.

Det forklarer Zoë Escher, der er uddannet sushikok og sakesommelier og kender Japan og den japanske (mad)kultur indgående.

– Der ligger ramenbarer og -cafeer på alle gader i Japan. Når japanerne er på vej hjem fra arbejde, hopper de lige ind og spiser en ramensuppe. Det tager fem minutter at lave og fem minutter at slubre i sig, siger hun.

Og nu kan danskerne slubre med. Flere ramenrestauranter er åbnet i både København og Aarhus, hvor efterhånden imperiske Mikkelser – der begyndte som hjemmebrygget øl – står bag Ramen to Biiru, som ligger på både Nørrebro og Vesterbro.

Og hvis du bliver bidt af smagen – eller ikke lige kommer forbi de to byer – kan du lave ramen derhjemme, under kyndig vejledning af den svenske kok og madskribent Tove Nilsson, som lige har udgivet kogebogen ‘Ramen – japanske nudler og småretter’.

Zoë Escher kalder det ‘en løbende tendens’ at hente kulinarisk inspiration i Japan – og lige nu er det så ramen, der hitter.

– Jeg tror, det bl.a. handler om, at vi er blevet opmærksomme på, at japanere er det folkeslag, der lever længst. De har mindst lige så travlt, som vi har, og de har færre ferier – alligevel lever de længere og evner at finde ro i hverdagen, og det hænger måske sammen med det, de spiser, siger hun.

En ramensuppe er ‘tilpasset en travl hverdag’ – man indtager den som regel alene ved en lang bardisk uden at snakke med nogen. Hurtigt og effektivt. Men også sundt.

Ramen er et helt og nærende måltid – en langtidskogt fond tilsat kød eller fisk, nudler, grøntsager og evt. æg og tang. Alt, du behøver, i én skål. Den findes i et hav af varianter, og hver bedstemor sin helt egen opskrift, som familien synes er ‘den rigtige’. Ligesom med danske frikadeller, forklarer Zoë Escher.





## Yakiniku-ramen

4 PORTIONER

18 dl kyllinge- eller hønsefond  
 4 portioner ramennudler  
 6 spsk japansk soja  
 4 spsk kyllingefedt

### YAKINIKU

400 g entrecôte i tynde strimler  
 1 spsk madolie  
 2 tsk sesamolie  
 4 spsk japansk soja  
 2 spsk risvineddike  
 3 spsk finthakket ingefær  
 2 forårsløg i tynde strimler  
 2 fed hvidløg, finthakkede  
 200 g friske bønespirer  
 1 spsk ristede sesamfrø, knuste

### DRYS

4 forårsløg, i tynde strimler  
 2 ark noritang, i halve  
 1 spsk. ristede sesamfrø, knuste

Varm fonden op i en gryde.

Bring en stor gryde saltet vand i kog til nudlerne.

Start med yakiniku: Vend kød, olie, sesamolie, soja, vineddike, ingefær og forårsløg sammen.

Varm en pande eller wok godt op, og steg kødet i flere omgange sammen med marinaden ved høj varme. Lad kødet få godt med farve – det er den grillede smag, der skaber retten. Tilsæt hvidløg, når kødet er næsten færdigt, så det ikke bliver for mørkt.

Tilsæt bønespirer og sesamfrø. Steg videre i et par minutter.

Varm fire skåle op med kogende vand, så fond og nudler bedre kan holde sig varme. Hæld vandet fra igen lige før serveringen.

Fyld skålene med den varme fond. Pisk 1 ½ spsk soja og 1 spsk kyllingefedt i hver skål.

Smag evt. til med salt og ekstra soja.

Kog nudlerne i ca. 45 sekunder i spilkogende vand, helst i en nudelkurv eller sigte, så vandet kan genbruges, og nudlerne løftes hurtigt op, når de er kogt. Slå vandet ud af dem og kom dem i skålene med fonden.

Stik et ark noritang i fonden og top nudlerne op med kød, forårsløg og sesamfrø. >



## Kyllingefedt

CA. 2-3 DECILITER

6 hele kyllingelår

Træk skindet af lårerne og puds kødet for alt synligt fedt.

Kom skind og fedt i en gryde, og tilsæt 4 dl vand.

Bring det i kog, og lad det småkoge under låg i ca. 3 timer. Tilsæt evt. ekstra vand undervejs, i takt med at det koger ind. Fedt og skind skal hele tiden være dækket af vand.

Sigt væsken, lad det køle af og stil det på køl natten over.

Dagen efter er det nemt at skille fedt og vand.

Smelt fedtet i en gryde og kom det i en lille beholder med tætsluttende låg. Kan holde sig i 1 uge på køl eller 2 måneder på frost.

## HER KAN DU SPISE RAMEN:

### RAMEN TO BIIRU

Enghavevej 58, København V  
 Griffenfeldsgade 28, København N  
[Ramentobiiru.dk](http://Ramentobiiru.dk)

### PAPA RAMEN

Skydebanegade 16, København V  
 Studiestræde 67, København K  
[paparamen.dk](http://paparamen.dk)

### SLURP RAMEN JOINT

Nansensgade 90, København K  
[slurpramen.dk](http://slurpramen.dk)

### FERMENT

Studiestræde 18, København K  
[Ferment.dk](http://Ferment.dk)

### INDO

Vestergade 47, Aarhus C  
[Indo-restaurant.dk](http://Indo-restaurant.dk)







## Kyllinge- eller hønsfond

CA. 5 LITER FOND

**1 hel kylling eller høne (ca. 1 ½ kg)**  
**5 liter vand**  
**salt**

Kom den hele kylling i en stor gryde. Tilsæt vandet og bring det langsomt i kog. Skum overfladen. Lad fonden småkoge i 5-6 timer under låg. Tag kyllingen op af fonden og brug den evt. som topping. Sigt fonden og opbevar den på køl.

## Ramennudler

12-16 PORTIONER

**2 ½ tsk ristet bagepulver eller kansui**  
**5 dl koldt vand**  
**1 spsk salt**  
**500 g hvedemel med ekstra højt glutenindhold, fx manitoba-mel**  
**550 g tipo 00-mel**  
**maizena-majsstivelse eller kartoffelmel til udrulningen**

Rør bagepulver og vand sammen i en skål, til pulveret er helt opløst. Rør saltet i og lad det opløses.

Bland melet – i røremaskine eller ved håndkraft – arbejd væsken langsomt ind i det. Ælt dejen til en fast masse. Den skal føles gummiagtig og meget fast. Hvis dejen ikke samler sig, kan man tilsætte 1-2 spsk vand.

Pak dejen ind i film, og lad den ligge ca. 1 time ved stuetemperatur.

Del dejen i 16 lige store stykker på 4-5 cm i diameter.

Kør dejen ud i plader på en pastamaskine. Jeg plejer at stille maskinen på 4, så nudlerne bliver ret tynde. Foretrækker man dem tykkere, er det bare at sætte maskinen på et højere tal. Man plejer at finde frem til sin personlige præference efter et par gange. Drys dejpladerne med majsstivelse.

Kør dejen ud i nudler og drys dem med mere majsstivelse, og vrid dem sammen til små nudelbunder.

Kog nudlerne i spilkogende, saltet vand i ca. 45 sekunder før serveringen. Nudlerne tilberedes yderligere i fonden. Man må selv finde frem til sin yndlingskonsistens – jeg foretrækker, når der stadig er lidt modstand tilbage i nudlerne, samtidig med at de er bløde.

Nudlerne kan opbevares godt indpakkede på køl i op til 4 dage eller op til 6 måneder på frost.

# 31%

af de adspurgte pegede på ramen som deres favorit-madtrend i en undersøgelse, som den anerkendte Zagat-guide lavede i USA i 2016.

Kun avocado-toast var mere populær og scorede 33 procent af stemmerne.



## Ramen derhjemme

Opskrifterne her på siderne stammer fra Tove Nilssons kogebog 'Ramen – japanske nudler og småretter', som er udkommet på Gyldendal.

