

Perilla Blätter

Die Rezepte können als mögliche Einkaufsvorlage dienen und sind für geübte Köche als Gedankenstütze formuliert.

Perilla frutescens, Gewürz, das in der japanischen Küche verwendet wird. Es gibt so das intensive Aroma der Blätter und ist vergleichbar mit Kreuzkümmel, Zimt und Zitrus. Köstliche Zutat für Sushi und Sashimi. Die Perillablätter dienen auch als Hülle für kleine Reiskugeln. Sie können auch als Pesto, für gebackenen Fisch oder statt Basilikum in Tomatensosse verwendet werden.

Das Aroma von Perilla, oder Shiso wie er in der japanischen Küche genannt wird, ist leicht scharf und sehr aromatisch. Frische und sauer eingelegte Blätter und Samen würzen japanische Gerichte wie Sushi und Tempura.

Kräuter

Japan

Vorbereitung

Kochzeit

Menge für