

**Vorwort**  
7

**Die Yuki-Bar hat geöffnet**  
9

**Über Omotenashi**  
12

**Einleitung**  
15

**Izakaya - ein Leitfaden**  
16

**Schlüsselbegriffe**  
18

**Unverzichtbare Izakaya-  
Zutaten**  
21

**Noch mehr Izakaya-  
Zutaten**  
22

**Zu den Rezepten**  
26

# **LEICHT & FRISCH**

## **30**

# **FETT & KRÄFTIG**

## **68**

# **KOCHEN AM TISCH**

## **112**

**SHIME: KOHLENHYDRATE  
HOCH 3  
144**

**Nachwort 226**

**Quellen  
227**

**Danksagung  
229**

**Zum Autor  
230**

**Register  
232**

**SÜSSE SACHEN  
188**

**DRINKS  
200**

**GRUNDLAGEN  
216**