



Kimchi schmeckt in jeder Region anders

Kimchi, dessen grundlegende Zubereitungsmethode darin besteht, die Zutaten einzulegen und zum Fermentieren zu bringen, kann mit den unterschiedlichsten Gemüsen zubereitet werden. Auf der koreanischen Halbinsel, die sich in Nord-Süd-Richtung erstreckt und daher regional unterschiedliche klimatische Voraussetzungen und kulturelle Traditionen aufweist, haben sich je nach Region entsprechend unterschiedliche Methoden der Kimchi-Zubereitung entwickelt. Erfahren Sie mehr über die regionalen Kimchi-Varianten, ihre besonderen Zutaten und Fermentierungsmethoden.

Han Bokryeo Leiterin des Institute of Korean Royal Cuisine



Die einzelnen Kimchi-Sorten unterscheiden sich je nach Grundzutaten, Gewürzen und Region.

© Timespace

Kimchi schmeckt selbst innerhalb Koreas in jeder Region anders. Kimchi im Süden der koreanischen Halbinsel ist rot, schmeckt intensiv und enthält kaum Flüssigkeit. Im mittleren Teil der Halbinsel enthält er mehr Flüssigkeit und weniger Chilipulver, was den Rotton weniger kräftig und den Geschmack saftiger macht. Kimchi in den nördlichen Regionen ist dafür bekannt, dass er reichlich Brühe enthält und prickelnd frisch von Geschmack ist. Diese Unterschiede rühren von den geographischen Besonderheiten der koreanischen Halbinsel her, die sich in Nord-Süd-Richtung erstreckt. Die unterschiedlichen Temperaturen und geographischen Gegebenheiten in den einzelnen Regionen der koreanischen Halbinsel führten zur Entwicklung unterschiedlicher Würzmethoden und Fermentierungsarten und so zu einer breiten Palette verschiedener Kimchi-Sorten. Da die Temperaturen im Südteil der Halbinsel vergleichsweise höher als im Norden sind, wird Kimchi in den südlichen Gebieten mit mehr Salz zubereitet, um eine schnellen Fermentierung vorzubeugen. Im Gegensatz dazu werden im Norden weniger Salz bzw. Gewürze hinzugefügt, so dass der Kimchi dort eine mildere Geschmacksnote besitzt und die natürliche Frische des Gemüses bewahrt wird. In den mittleren Regionen der Halbinsel werden bei der Zubereitung aufwändig hergestellte Würzzutaten verwendet, der Geschmack des Kimchi ist aber weder zu fade noch zu scharf.

Spiegel der regionalen Besonderheiten

Neben Salz zum Einlegen sowie Chilipulver, das für die Schärfe und den schönen Rotton sorgt, sind für den Geschmack noch verschiedene andere Faktoren entscheidend. Hier ist v.a. Jeotgal zu nennen, eine einzigartige Würzzutat, für die Meeresfrüchte oder Fische einer langen natürlichen Gärung unterzogen werden, wobei der Geschmack je nach Erzeuger oder Herkunft variiert.

Die Jeotgal-Arten, die in den Kimchi kommen, sind je nach Region unterschiedlich: in den südlichen Gebieten werden hauptsächlich fermentierte Anchovis, an der Ostküste fermentierte Degenfische und Makrelen und in den Regionen der Landesmitte fermentierte Gelbfische und Garnelen verwendet. Jeotgal aus fermentierten Anchovis (Myeolchijeot) wird zubereitet, indem man die vor der Südküste frisch gefangenen Anchovis in Salz einlegt und fermentieren lässt. Nach zwei bis drei Monaten Fermentierung entsteht Myeolchigukjeot, eine Art Fischsoße, gewonnen wird. Für Jeotgal aus fermentierten Degenfischen (Galchijeot) werden ganze Degenfische über ein Jahr lang eingelegt, so dass die daraus entstehende Würze einen intensiven Brauntönen aufweist. Sie befördert den Gärungsprozess während der Kimchi-Herstellung.

Dass je nach Region verschiedene Jeotgal-Sorten Verwendung finden, hängt damit zusammen, dass Kimchi als Alltagsgericht des kleinen Mannes mit Zutaten zubereitet wird, die lokal einfach zu besorgen sind. Jeotgal, dessen Zutaten je nach Region variieren, verhindert ein zu starkes Fermentieren des Kimchi und verleiht ihm eine tiefe und klare Geschmacksnote. Allerdings sollte man sparsam mit Jeotgal sein, um einen unangenehmen Fischgeruch zu vermeiden. Zutaten wie Knoblauch, Ingwer, Chilipulver usw. mildern den aufdringlichen Fischgeruch von Jeotgal, eine Hauptzutat für Gimjang-Kimchi (Kimchi, der vor Wintereinbruch als Vorrat eingelegt wird), ab. Außerdem werden auch auf Küstenfelsen wachsende Grünalgen hinzugefügt, die wegen ihres hohen Kalzium- und Phosphorgehalts nicht nur besonders gesund sind, sondern den Gimjang-Kimchi auch angenehm bissfest halten.

In Goheung in der Provinz Jeollanamdo werden bei der Kimchi-Zubereitung neben den oben genannten grundlegenden Gimjang-Kimchi-Zutaten auch reichlich ortstypische Nahrungsmittel



Zu den Grundgewürzen für Kimchi gehören Salz und Jeotgal aus fermentiertem Fisch oder Meeresfrüchten wie Anchovis-, Degenfisch-, Gelbfisch- oder Garnelen-Jeotgal. Jeotgal befördert die Geschmacksbildung und sorgt für Proteine, Kalzium und Fett, die in den Gemüse-Zutaten nicht enthalten sind, und als alkalische Nährstoffe die Blutsäure neutralisieren.



© Kimchi Gyeonmunok, Designhouse

wie Austern und Archenmuscheln hinzugegeben, um Kimchi mit dem Duft frischer Meeresfrüchte herzustellen. Und die Zitrusfrucht Yuja (Citrus Junos; japanisch: Yuzu) wird verwendet, um dem Kimchi über die pikante Geschmacksnote hinaus den zarten Duft der Yuja-Frucht zu verleihen.

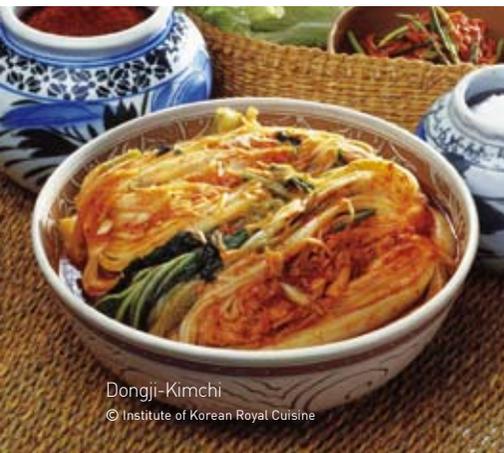
In der an der Ostküste in der Provinz Gangwon-do gelegenen Stadt Donghae kann man auch Kimchi mit Tintenfischstreifen kosten. In den Ostküstengebieten wird während der Hochsaison des Tintenfischfangs Kimchi aus in dünne Streifen geschnittenem Rettich und Tintenfisch zubereitet. Diese Kimchi-Art bereitet beim Kauen des gummiartigen Tintenfischfleisches und des knackigen Rettichs eine besondere Gaumenfreude. Der Bossam-Kimchi von Gaeseong

(Nordkorea), der für seine optische Pracht und seinen natürlich-reinen Geschmack bekannt ist, wird mit über 35 Zutaten wie Äpfeln, Birnen, Pinienkernen, Jujuben, Gingkonüssen, Kraken, Seeohren usw. zubereitet.

Kimchi aus Chinakohl (Baechu-Kimchi) wird in der nordkoreanischen Hauptstadt Pjöngjang mit gesundheitsfördernden Pilzen wie Shiitaken oder Nabelflechten hergestellt, ist nicht salzig und enthält reichlich Brühe.

Die Besonderheiten des Kimchi, die von Region zu Region stark variieren, traten mit den Fortschritten in Infrastruktur und Transport immer weiter in den Hintergrund, so dass man heutzutage unabhängig davon, wo man lebt, Kimchi fast nur noch nach den persönlichen Geschmacksvorlieben zubereitet. Vor

allem in und um die Hauptstadt Seoul, wo etwa 25% der gesamten Bevölkerung des Landes konzentriert ist, haben sich verschiedene Methoden der Kimchi-Herstellung, die die Zugezogenen aus allen Gebieten der Halbinsel mitgebracht haben, vermischt, so dass nun Kimchi anstatt lokaler Besonderheiten eine universale Geschmacksnote aufweist. Außerdem haben sich auch die Methoden für die Zubereitung von Jeotgal, ein maßgebliches Kennzeichen für die Bestimmung der regionalen Zugehörigkeit von Kimchi, vermischt, was es heutzutage schwierig macht, eine bestimmte Kimchi-Geschmacksnote einer bestimmten Lokalität zuzuordnen. Allerdings sind die lokalen Traditionen nicht völlig verloren gegangen, sondern werden weiter bewahrt.



Dongji-Kimchi
© Institute of Korean Royal Cuisine

Jejudo

Auf Jeju-do, der am südlichsten gelegenen Insel Koreas, ist das Klima mild, weshalb dort auch nicht die Notwendigkeit besteht, Gimjang-Kimchi als Vorrat für die Winterzeit einzulegen. Auf Grund der klimatischen Besonderheit gibt es auf der Insel Jejudo nur vergleichsweise wenige Kimchi-Sorten, die zudem für den zügigen Verzehr gedacht sind, so dass ihre Haltbarkeit begrenzt ist.

Die für Jeju-do repräsentativste Kimchi-Sorte Dongji-Kimchi wird mit Chinakohlköpfen hergestellt, die noch zu Jahresanfang nach Lunarkalender (Ende Januar/Anfang Februar) auf den Feldern wachsen. Wenn der Chinakohl in Blüte schießt, wird er geerntet, eingesalzen, mit Anchovis-Jeotgal, Knoblauch und Chilipulver gut vermischt und kurze Zeit reifen gelassen. Der Geschmack ist entsprechend erfrischend und spritzig.

Jeolla-do

Jeolla-do-Kimchi schmeckt intensiv scharf, salzig und wohl-schmeckend würzig. In Jeolla-do wird bei der Kimchi-Zubereitung ein dünner Brei aus Reisstärke hinzugefügt, um dem Kimchi eine süßliche Note zu verleihen. Da Gewürze in reichlicher Menge verwendet werden, ist der Kimchi in dieser Gegend im Vergleich zum Kimchi anderer Gebiete schärfer und salziger. Der intensive Geschmack wird allerdings durch die Hinzufügung von Stärke-Brei aus Klebreis abgemildert und zugleich vertieft, was Jeolla-do-Kimchi in charakteristischer Weise von Kimchi anderer Regionen unterscheidet.

In Jeolla-do, einer Provinz, die vom Süd- und Ostmeer umgeben ist und in der die verschiedensten Arten von Meeresfrüchten und Jeotgal reichlich zur Verfügung stehen, wird Kimchi zwar auch mit Gelbfisch- und Garnelen-Jeotgal gewürzt, aber hauptsächlich mit Anchovis-Fischsoße.

Kimchi in Jeolla-do wird mit großen Mengen von Chilipulver zubereitet und zuletzt mit Sesamkörnern und dünnen Kastanien-scheiben garniert. Zu beachten ist dabei, dass das Chilipulver nicht direkt verwendet wird, sondern dass man das in einem Mörser fein zerstoßene Chilipulver mit reichlich Jeotgal mischt und diese im Voraus zubereitete Würzpaste erst später zusetzt.

Frischer, scharfer Gimjang-Kimchi, bitterer Godeulppaegi-Kimchi (Youngia Sonchifolia-Kimchi), Dongchimi (Kimchi aus jungen Rettichen in reichlich Brühe) aus Naju und Gat-Kimchi (Senfblätter-Kimchi) aus Haenam sind die bekanntesten Kimchi-Sorten der Provinz Jeolla-do.



Gul Kkakdugi: Rettich-Kimchi mit Austern
© Institute of Korean Royal Cuisine



Chonggak-Kimchi aus jungen Rettichen
© Pulmuone Kimchi Museum

Gyeongsang-do

In den Küstenregionen am Südmeer wird bei der Kimchi-Zubereitung an Knoblauch und Chili nicht gespart, jedoch Ingwer in lediglich geringer Menge verwendet. Die Hauptzutat Chinakohl wird im Vergleich zu anderen Regionen intensiver gesalzen und die Salzbrühe danach herausgepresst. Anschließend wird Füllung mit reichlich Meeresfrüchte-Soße zwischen die einzelnen Kohlblätter gegeben und der Chinakohl ordentlich aufeinander gestapelt zum Reifen in ein Gefäß gelegt.

Es ist typisch für Gyeongsang-do, dass bei der Kimchi-Zubereitung reichlich Jeotgal verwendet wird und zwar vor allem Anchovis-Jeotgal. Anchovis-Jeotgal nach Gyeong-

sang-do-Art ist nicht so trüb wie in Seoul, sondern besitzt einen klaren Rotton, da sie mit besonders gut gegorenen Anchovis hergestellt wird. Sie erinnert etwas an klare Sojasoße. Aekjeot, eine Soße aus fermentierten Meeresfrüchten, die auch als Myeoljang oder Eoja bekannt ist, wird in Gyeongsang-do neben Sojasoße auch für das Abschmecken von Gerichten aller Art verwendet.

Auch frischer Degenfisch ist eine häufige Kimchi-Zutat, wobei der rohe, in kleine Stücke geschnittene und mit Chilipulver und Salz gewürzte Fisch hinzugefügt wird, wenn man die Zutaten der Kimchi-Füllung mischt.



Kimchi im Süden der koreanischen Halbinsel ist rot, schmeckt intensiv und enthält kaum Flüssigkeit. Im mittleren Teil der Halbinsel enthält er mehr Flüssigkeit und weniger Chilipulver, was den Rotton weniger kräftig und den Geschmack saftiger macht. Kimchi in den nördlichen Regionen ist dafür bekannt, dass er reichlich Brühe enthält und natürlich und prickelnd frisch von Geschmack ist.



Gat-Kimchi aus Senfblättern ist eine beliebte Beilage in der Region Jeolla-do. Großzügige Mengen von Chilipulver sorgen für einen pikant-scharfen Geschmack, während das spezifische Aroma und der leicht bitter-stechende Geschmack der Senfblätter den Appetit anregen sollen.

© Topic Photo



Kkakdugi ist ein Kimchi für jeden Tag, für den große Rettiche in Würfel geschnitten werden. Im Herbst geernteter Rettich ist besonders süß und fest, was ihn ideal für die Zubereitung von Kkakdugi macht. In den Küstengebieten werden auch oft Austern hinzugefügt.

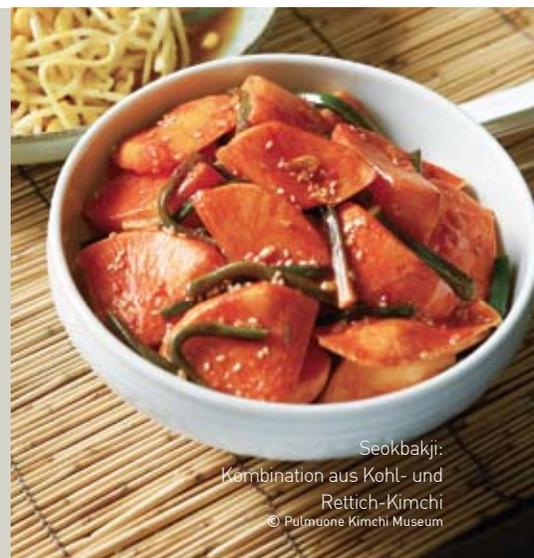
© Topic Photo

Chungcheong-do

Im Vergleich zu den anderen Regionen des Landes schmeckt der Kimchi in Chungcheong-do milder und ist in der Zubereitung weniger aufwändig als der Kimchi von Seoul und der umgebenden Provinz Gyeonggi-do. Er wird mit Senfblättern, Wasserfenchel, Porree, fermentierten Chilis und Grünalgen (Grüner Leuchter: *Codium fragile*) zubereitet.

Chinakohl und Rettich werden als Ganzes eingelegt, wobei zwischen die einzelnen Chinakohl- und Rettichschichten Salz ge-

geben wird. Man legt gleich mehrere irdene Vorratstöpfe voller Kimchi ein. Seokbakji, für den Chinakohl und große Rettichstücke zu gleichen Teilen eingelegt werden, wird wie Kkakdugi (Kimchi aus Rettich-Würfeln) zubereitet, indem die Gemüse gut mit den Gewürzen vermischt und zuletzt mit Fischsoße abgeschmeckt werden. Verschiedene Sorten Gelbfisch-Jeotgal und Garnelen-Jeotgal werden am häufigsten verwendet. In der Provinz Chungcheong-do wird auch gerne Chonggak-Kimchi (Kimchi aus jungem Rettich) zubereitet, jedoch mit weniger Gewürzen als in Seoul, so dass er milder und erfrischender schmeckt.



Seokbakji:
Kombination aus Kohl- und
Rettich-Kimchi
© Pulmuone Kimchi Museum

Seoul / Gyeonggi-do

Der Kimchi in Seoul und der umgebenden Provinz Gyeonggi-do spiegelt die Besonderheiten der Hauptstadtregion wider, wo ein Großteil der Bevölkerung des Landes konzentriert ist, und weist daher keine starke oder typische Geschmacksnote auf. Der Kimchi ist im Geschmack weder salzig noch fade, sondern quasi ein geschmacksmäßiger Kompromiss für den universalen Gaumen. In der Hauptstadtregion kann man alle möglichen Arten von Kimchi kosten, unter denen vor allem Seokbakji (Chinakohl-Rettich-Kimchi mit Gelbfisch-Soße abgeschmeckt), Bossam-Kimchi (Chinakohl-Kimchi in Form von Bündeln), Chonggak-Kimchi (Kimchi aus jungem Rettich) und Kkakdugi (Kimchi aus Rettich-Würfeln) repräsentativ sind. Bekannt sind außerdem das Hofgericht

Jang-Kimchi (Kimchi eingelegt in Sojasoße), Sukkkakdugi aus gekochtem und mit Gewürzen gemischtem Rettich, Oi-Kimchi aus Gurken sowie Bineul-Kimchi aus Rettich, dessen Oberfläche mit dem Messer eingeritzt wird, so dass ein fischschuppenartiges Muster (Bineul: Schuppe) entsteht.

Als Jeotguk, mit der der Kimchi abgeschmeckt wird, werden klare und milde Sorten wie Garnelen-Jeotguk und Gelbfisch-Jeotguk-Arten bevorzugt. Auch Frischfisch wie Alaska-Pollack, Degenfisch und Garnelen werden gerne hinzugefügt, was auf den Zustrom von Menschen aus den verschiedenen Regionen des Landes zurückzuführen ist. Anshovis-Jeotgal sind ebenfalls eine übliche Zutat.



Bossam-Kimchi: Chinakohl-Kimchi in Bündelform
© Timespace

Gangwon-do

Kimchi aus der Provinz Gangwon-do, wo bei der Kimchi-Herstellung statt Fischsoße eher der vor der Ostküste gefangene frische Alaska-Pollack oder Tintenfisch eingesetzt wird, ist für seinen frischen Geschmack und sein Meeresfrüchte-Aroma bekannt. Bei der Zubereitung von Chinakohl-Kimchi wird

zwar wie in der mittleren Region des Landes Füllung zwischen die einzelnen Chinakohlblätter gegeben, in Gangwon-do besteht diese Füllung jedoch aus Tintenfischstreifen sowie getrocknetem und in kleine Stücke geschnittenem Alaska-Pollack. Diese Zutaten erhöhen den Kalzium- und Nährstoffgehalt des Kimchi. Typisch ist weiterhin, dass man in große Scheiben geschnittenen Rettich mit Chilipulver mischt und zwischen die einzelnen Chinakohlschichten legt.



Deodeok-Kimchi:
Kimchi aus den Wurzeln der *Codonopsis lanceolata*, einem Glockenblumengewächs
© Kimchi Gyeonmunok, Designhouse



Hobak-Kimchi aus Kürbis
© Institute of Korean Royal Cuisine

Hwanghae-do

Hwanghae-do ist eine Provinz in Nordkorea, die wie Seoul, Gyeonggi-do und Chungcheong-do am Westmeer liegt und daher ähnliche klimatische Bedingungen wie diese aufweist. Deshalb sind auch Zutaten und Geschmack des dortigen Kimchi entsprechend ähnlich. Ein Unterschied ist allerdings, dass in Hwanghae-do Gewürze wie Bundi (Frucht des koreanischen Szechuanpfeffers Sancho) und Koriander verwendet werden, und zwar Bundi hauptsächlich bei der Zubereitung von Hobak-Kimchi (Kürbis-Kimchi) und Koriander bei der von Baechu-Kimchi (Chinakohl-Kimchi). Hobak-Kimchi, ebenfalls eine Spezialität von Chungcheong-do, bereitet

man zu, indem man Kürbisscheiben und gesalzene Chinakohlstücke mischt, mit Salz abschmeckt und gären lässt. Hobak-Kimchi kann wie Kimchi-Jjigae (Kimchi-Eintopf) auch gekocht serviert werden. Der Kimchi in Hwanghae-do, bei dessen Zubereitung von den verschiedenen Meeresfrüchte-Soßen vor allem Garnelen-Jeotgal und Gelbfisch-Jeotgal verwendet werden, wird mäßig gewürzt und mit nicht zu viel, aber auch nicht zu wenig Brühe zubereitet, so dass er leicht wässrig ist.



Pyeongan-do

Typisch für Kimchi aus der nordkoreanischen Provinz Pyeongan-do ist, dass er viel Brühe enthält und relativ mild gewürzt wird. Chinakohl-Kimchi und Rettich-Kimchi werden getrennt eingelegt, hin und wieder aber auch gemeinsam und in irdenen Vorratstöpfen konserviert. Die Füllung für beide Kimchi-Sorten besteht aus in dünne Steifen geschnittenem Rettich, Lauch, Knoblauch, Ingwer, Chilipulver und in hauchdünne Streifen geschnittenen getrockneten Chilischoten, frischem Alaska-Pollack,

frischem Degenfisch, frischen Muscheln und Garnelen. Abgeschmeckt wird mit Jeotgal aus jungem Degenfisch, Gelbfisch-Jeotgal und Garnelen-Jeotgal, wobei kaum Chilipulver verwendet wird. Im Gegensatz zur Provinz Hamgyeong-do, wo die Kimchi-Brühe aus Salzwasser zubereitet wird, fügt man in Pyeongan-do kalte, leicht gesalzene Rindfleischbrühe hinzu, bei der die Fettschicht, die sich beim Abkühlen auf der Oberfläche bildet, entfernt wird. Nachdem die Gewürze des Kimchi in die Brühe eingedrungen sind und diese so einen erfrischenden Geschmack erhalten hat, wird sie auch als Zutat für Naengmyeon (kalte Buchweizennudeln) verwendet. Unter den Spezialitäten von Pyeongan-do sind daher vor allem Naengmyeon-

Dongchimi (kalte Nudeln mit Kimchi aus jungem Rettich) und Baek-Kimchi (weißer Kimchi) bekannt.



Baek-Kimchi: Schwach gewürzter, weißer Chinakohl-Kimchi
© Korea Agro-Fisheries Trade Corporation



Sunmumul-Kimchi:
Wasser-Kimchi mit Rüben
© Institute of Korean Royal Cuisine

Hamgyeong-do

Kimchi in der nordkoreanischen Provinz Hamgyeong-do wird scharf, jedoch nicht salzig und mit reichlich Flüssigkeit zubereitet, so dass die Brühe nach angemessener Gärung ihren typisch frischen und leicht sauren Geschmack erhält. Bei Chinakohl-Kimchi, bei dessen Zubereitung die Würzfüllung zwischen die einzelnen Chinakohlblätter gegeben wird, ist das Rot

der Gewürze nur hier und da sichtbar, wenn man den Kimchi zum Servieren schneidet. Außerdem wird Kimchi in Hamgyeong-do nicht mit Jeotgal gewürzt, sondern mit frischem Alaska-Pollack oder Butte gefüllt, die in Stücke geschnitten und mit Chilipulver vermischt werden.





Für Dongchimi werden ganze Rettiche oder große Rettichstücke kurz eingesalzen und mit viel Brühe eingelegt, was eine mildere Geschmacksnote ergibt. Der Kimchi wird im Winter in der Erde gelagert und wenigstens einen Monat reifen gelassen, bevor er serviert wird.

© Timespace