

Bentō Box

Över wat wull ik ju wat vertelln?

Ik wull ju wat över mien Bentō Box vertelln. Joh, över mien Bentō Box. **[een EMSA-Kasten mit 800 ml opwiesen]**

Wat is een Bentō Box

Een Bentō Box is een japaansch Lunchbox. Dat is mehr as een Brotdose or een Hänkelmann. Dat is een Kasten or een Doos. Da pack de Japaaner een Menü rin. Dat Menü mit de Kasten heet ok Bentō. Dat is faaken för unnerwegs, för de school or de arbiet.

In Japaan givt et dat siet de fieft johrhunnert. Se hebb dat eeten in lütte bamusrohr packt. In'n föfteihnten johrhunnert word dat Bentō mehr un mehr geern sehn. Da hebbt se kleene, redich gemachte holtdoos

Ik glob, dat kummt vun de Ostfreesen. De Freesen sünd met de Hollänners to'm hanneln na Japaan fahrn. De Fraulü hebb jem lütte Seekisten met Gröönkohl, Pinkel, Labskaus un Rotgrütt packt. Un de Japaaner funnen de Kasten bannig good.

De Nomen Bentō schall kummen vun Oda Nobunaga (1584 bis 1632). He hebbt de Mohltied för de Suldoten so nannt. Daarvun kumm mit de tied de bannig sööten Bentō Boxes.

Woso kümmert mi dat

Up Arbiet hebb wi keen Kantin. Ik mog ok nich allns in Krug gohn. Veel to düür! Avends mi wat koken oder allns Botterbrot eeten mog ik ok nich. Mien Mudder wull mi ok keen smern un na Berlin schicken. So'n schiet ok! Ik arbiet in mien Büro un in de School. Hebb een Problem mit mien Mogen hebbt. Hebb nadenken un nodinken ...

Ik hebb na een Lösung söckt ... un wat bannig dolles funnen - de Bentō Box.

Över de Bentō Box to snacken heet ok över eeten in Japaan to snacken. Un allns över eeten. Ik bünn joh veel nich to wenig. De Froog is: Wat is sund för mi un mit wat geiht mi dat good?

Nu to'm Eeten in Japaan.

De Japaaner eet alln Reis as wi Brod eet. Elk Dat ok Soja un Fisk. De Japaaner wulln frisch Produkt hebben und eet dat Ooft un Gemüse vun de Saison. Se eet veel Nudeln, Fisk, Pilze, Wuddels, Spinnat, Kürbis, söte Tuffels, Rettich, Maroni, Bohnen un Seealgen. Se mog dat allns in unnerschiedliche Manier. Dat Gemüse is kort kocht. Dat is för de natüürllich smack und utsehn. Aver se hebb ok sowat as Mixed Pickles.

Enlegt Gemüse. Ik weet ok nich all Tied, wat dat to Eeten wor. De Japaaner maak dat Eeten in kleene Happen för eeten mit de Stäbchen. Un se pack dat Eeten up veele lütte Töller. So kunnst de jeden Happen alleen smecken. Servieren heet in Japaan ok all de Tied, dat Eeten schön opdregen. Dat Oog fret in Japaan bannig veel met!

Un dat is ok för de Bentō Box wichtig.

Wat is nu dat besonnens an de Bentō Box un Bentō?

Dat Bentō is allns wat ik to'm Eeten in Japaan secht hebb, aver in de Box för unnerwegs. Dat kunn elk Mohltied sein.

Ji kunnst de Eeten in een Kasten doon un transportern. Dat manscht sich nich un bleibt all de Tied schön. Dat is to'm eeten veel lekkerer as een olles Botterbrod.

Een Bentō Box is ja ok lütt. Dat sün faken so föffhunnert oder sösshunnert ml. Dat Eeten is bannig eng packt. So as de Japaaner in de U-Bahn, as se de Rush Hour hebb.

Un dat gifft veel verscheeden Bentō Boxes. Sööte. Vun Holt. Vun Plastik. Modern oder traditionell.

Wo is een Bentō Box torechtmakt?

De Japaaner hebb allns bannig strenge Regeln. In de Kasten maak se Reis un föff oder söff verscheeden Ooft, Gemüse, Tofu, Fleesch un Fisk. Ok Tuffel- oder Nudelsalot. Un dat mutt alls schön updreggt sien. Schön un harmonisch. Un all dat Eeten hebb glieke Rechten und is as basisdemokratisch in de Kasten. Mittenmang is allns een Food Divider so as een Goorntuun. **[Kiek mol bi de Sushi in't Supermarkt]** De Smack up elk Happen is to'm alleen genießen

Dat is een beten figgelinsch. Un ik mutt bannig frickeln dafür. Dat Teel is, dat de di freust, wenn di de Kasten open deist. Un achteran, wenn de da allns happen för happen eeten deist.

Is de André good in't Bentō-Bauen?

Oh. Oh. Dat is allns en beeten in bewegen. Eerst hebb ik allns in de box stoppt. Nu mook ik dat better. Aver ik hebb keen Food Divider ... Un mien Kasten is too groth. Ik bün noch in de Bentō Box-Bau-Trainingscamp ... Un ik hebb blot de Emsa-Doos.

So! Dank ji för de Tied un dat ik juch wat över mien Bentō Box vertelln dorft! Un ik hebb noch wat lüttes to eeten: Mochi - sööte Reiskooken met de sööten, roten Bohnen to'm Schlickern. **[dat wör Mochi]**