

Leib und Speise: Tempelküche

<https://www.youtube.com/watch?v=5t4Hou67TD4>

In der Episode von 'Leib und Speise' wird die koreanische Tempelküche vorgestellt, die auf Achtsamkeit, Nachhaltigkeit und Respekt vor der Natur basiert. Die Gastgeber diskutieren die Philosophie hinter der Tempelküche, die rein pflanzlich ist und auf tierische Produkte sowie bestimmte aromatische Zutaten verzichtet. Zudem wird die Zubereitung der Gerichte als meditativer Prozess hervorgehoben, der die Verbindung zur Umwelt stärkt.

Stichpunkte:

- Die Tempelküche ist eine rein pflanzliche Küche, die auf Achtsamkeit und Nachhaltigkeit setzt.
- Sie verzichtet auf tierische Produkte sowie auf Zutaten wie Knoblauch und Zwiebeln.
- Die Zubereitung der Gerichte erfolgt meditativ und ohne Zeitdruck.
- Die Gerichte sind ästhetisch ansprechend und betonen die Harmonie der Geschmäcker und Farben.
- Die Zutaten sind saisonal und regional, oft aus eigenen Gärten der Tempel.

Quelle: Kontrafunk - Die Stimme der Vernunft

Einstelldatum: 2025-08-06

Revision #1

Created 9 May 2026 20:39:16 by Admin

Updated 9 May 2026 20:39:16 by Admin