Austernsauce

Hao You (chin.), Oyster Sauce (eng.), Naman Hoi (thai.)

Kategorie

Fertigprodukte, Würzmittel

Beschreibung

Die auf Sojasauce basierende Sauce ist mit Austernextrakt aromatisiert. Das chinesische Wort you meint Extrakt, nicht Sauce (es ist die gleiche Sache wie bei der Sojasauce). Austernsauce schmeckt lange nicht so fischig, wie ihr Namen vermuten lässt.

Die Produktion von Austernsauce begann in China spätestens Mitte der 1870er Jahre. Austern wurden in drei Eisenbecken eine halbe Stunde lang gekocht und dann zum Trocknen auf Rattan entweder in der Sonne oder über einem mäßigen Feuer herausgenommen. Das Wasser aus den Becken wurde in einem vierten Becken zu einer »schwärzlichen Soße« reduziert. Meerwasser, Salz und/oder Soja können hinzugefügt werden.

Heutzutage wird die meiste Austernsauce kommerziell auf automatisierten Produktionslinien hergestellt. Es wurden viele Abkürzungen entwickelt, um schneller und zu geringeren Kosten einen ähnlichen Geschmack zu erzeugen. Austernsaucen werden heute meist auf der Basis von Zucker und Salz hergestellt und mit Maisstärke angedickt. Anschließend werden Austernextrakte oder -essenzen verwendet, um der Basissauce Geschmack zu verleihen. Andere Zutaten wie Sojasauce und Mononatriumglutamat können ebenfalls hinzugefügt werden, um den Geschmack zu vertiefen und Farbe zu verleihen. Die Qualität der Austernsauce hat großen Einfluss auf den Geschmack.

Sorten

»Echte« traditionelle Austernsauce von guter Qualität sollte durch Kondensieren von Austernextrakten hergestellt werden, der weißen Brühe, die durch Kochen von Austern in Wasser entsteht. Diese undurchsichtige Brühe, die der Farbe von Muschelsaft aus Supermärkten ähnelt, wird dann reduziert, bis die gewünschte Viskosität erreicht ist und die Flüssigkeit braun karamellisiert ist. Der Sauce sollten keine weiteren Zusätze, nicht einmal Salz, zugesetzt werden, da die Austern für den gesamten herzhaften Geschmack sorgen sollen. Allerdings ist diese Methode unerschwinglich teuer.

Viele moderne Austernsaucen werden daher mit Maisstärke eingedickt, mit Austernessenz oder -extrakt gewürzt und mit Karamell abgedunkelt.

Vegetarische Austernsauce

Auch vegetarische Austernsauce aus Pilzen, oft Austernpilzen oder Shiitake- Pilzen, ist beliebt und im Allgemeinen günstiger. Es kann mehr Geschmacksverstärker enthalten, wenn weniger Pilzextrakt verwendet wird, um die Kosten zu senken.

Austernsauce ohne Mononatriumglutamat

Die meisten auf dem Markt erhältlichen Austernsaucen enthalten zugesetztes Mononatriumglutamat (MSG). In den letzten Jahren sind auch MSG-freie Sorten erhältlich.

Austernsauce vs. Fischsauce

Obwohl Austernsauce und Fischsauce beide salzig sind und möglicherweise eine verwandte Geschichte haben, handelt es sich doch um unterschiedliche Produkte. Fischsauce ist wässrig, klar und salzig, während Austernsauce durch die Reduzierung von Austernextrakten hergestellt wird und daher süßer mit einem Hauch Salz ist und kein so starkes Aroma wie Fischsauce hat.

Herkunft

Die Austernsauce entstand zufällig in der chinesischen Provinz Kanton. Irgendwo Ende des 19. Jahrhunderts vergaß der Besitzer eines kleinen Speiselokals, seine Austernbrühe vom Feuer zu

© 2026 coquina.de

nehmen, und entdeckte die Austernsauce.

Aroma

Bei der Austernsauce handelt es sich um eine dickflüssige braune Würzsauce, die in Flaschen verkauft wird. Der Geschmack hängt von den Zutaten der unterschiedlichen Hersteller ab, erinnert aber an Sojasauce mit einem Hauch von Fischaroma. Geschmacklich ist Austernsauce salzig und hat zugleich eine leicht würzig-pikante, leicht süßliche Note.
Die Sauce bringt auch den herzhaften Geschmack von Umami zur Geltung. Umami, nach dem japanischen Wort für köstlich oder herzhaft, bildet zusammen mit süß, salzig, sauer und bitter die fünf Grundgeschmacksrichtungen.

Verwendung

Austernsauce kann jedem Gericht einen besonderen Geschmack verleihen, sei es Fleisch, Geflügel, Fisch oder Gemüse. Allerdings muss sie mit etwas Fingerspitzengefühl dosiert werden. Weniger ist hier mehr. Und man darf sie erst in letzter Minute in das Gericht geben.
Die Austernsauce ist schon von sich aus schön dick und sirupartig. Es haftet also gut an Gemüse und Fleisch. Das bedeutet, dass Sie Ihrem Gericht nichts mehr hinzufügen müssen, um Ihre Sauce zu binden.
Austernsauce wird häufig in Nudelpfannengerichten wie Chow Mein verwendet. Man findet sie auch in beliebten chinesisch-amerikanischen Gerichten wie Rindfleisch mit gebratenem Gemüse. Austernsauce kann für einige Gerichte auch als Belag verwendet werden.
Seit ihrem frühen Entwicklungsstadium erfreut sich Austernsauce bei kantonesischen Köchen als traditionelles Umami- Gewürz großer Beliebtheit.
Allerdings sind Rezepte mit Austernsauce nicht auf die kantonesische Küche beschränkt. Sei es die ausgewogene Shandong-Küche, die würzig-scharfe Sichuan-Küche oder die von Meeresfrüchten und rotem Eintopf dominierte Jiangsu- und Zhejiang-Küche - Austernsauce verstärkt den Geschmack (Umami).
Zu den Gerichten, für die Austernsauce verwendet werden kann, gehören Krabben in Austernsauce, Kai-lan, Hainan Hühnchen mit Reis, Cashew Hühnchen, Lo Mein, Cha Siu Baau, Har Gow, Kai Yat Sai, Wonton-Nudeln und Daikon-Kuchen.

Einkauf / Aufbewahrung

Die Qualität von Austernsauce lässt sich am Preis ablesen. Teure Produkte haben viel mehr Geschmack als billige. Geöffnete Flaschen immer in den Kühschrank stellen, obwohl die Sauce Konservierungsmittel enthält. Dort ist sie nahezu unbegrenzt haltbar. Ausserhalb des Kühlschranks verliert die Sauce mit der Zeit den Geschmack.
Bei korrekter Lagerung kann Austernsauce auch nach Ablauf des Mindesthaltbarkeitsdatum verzehrt werden. Die MHD-Angabe des Herstellers ist lediglich ein Richtwert.

Ersatz

Wer Austernsauce ersetzen möchte, kann unter anderem auf Fischsauce, Sojasauce, Hoisinsauce, Teriyakisauce, Worcestersauce, Cocos Aminos, süße Sojasauce sowie Maggisauce zurückgreifen.

Gesundheit

Während der Schwangerschaft sollten Sie darauf achten, Austernsauce wegen des Salzgehalts nur mäßig oder gar nicht zu sich zu nehmen.

Geschichte

Austern aus dem Delta des Perlenflusses kennt man in China schon seit der Tang-Dynastie (618-907). Austernsauce jedoch muss eine Erfindung des 20. Jahrhunderts sein, weil sie Substanzen enthält, die man zuvor nicht kannte, z.B. bestimmte Konservierungsmittel.

© 2026 coquina.de