

# Essen wie im hektischen Tokio

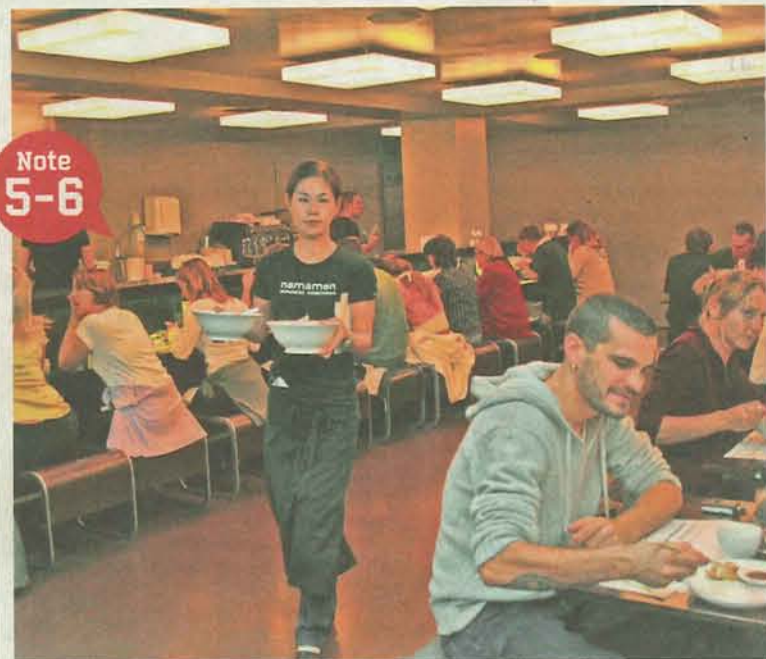
**NAMAMEN** • Wenig Zeit zum Essen und trotzdem nicht auf gesunde Ernährung verzichten? Die Japaner mit ihrer Stress-Town Tokio müssen ja wissen, wie man das unter einen Hut bringt. Namamen bedeutet «frische japanische Nudeln» – und in der Ramenbar gleich beim Bankplatz sollte man unbedingt mal einen Halt machen. Deren Kost ist das Richtige für alle, die wenig Zeit haben, dennoch satt werden und wenig Fett zu sich nehmen wollen. Car-

mine Marra (31) und Evelyne Gerber (29) haben ein japanisches Erfolgsmodell nach Basel geholt. Ramen mit Cashu (feine Scheibchen hausmarinierten Specks, in Suppe mit Nudeln, Lauch, Sojasprossen, Rüeblen und Ei) kostet 19.50 Franken. Nebengerichte gibt es für rund 7.50 Franken.

**Fazit:** Gesunder Fast-Food.

**Für Fans von:** Leicht verdaulichem und schmackhaftem Essen.

**Der Kritiker:** Würde am liebsten täglich hingehen.



Note  
5-6