Innereien-Pfanne

Hähnchenherzen, -mägen und -lebern mit Gnocchi und Gemüse

Wenn man sehr schmackhaft mit Innereien wie Hähnchenherzen, -lebern und -mägen kochen und schmackhafte Ragouts und asiatische Gerichte zubereiten kann, dann kann man sie auch kombinieren. Das gelingt hier mit einer Innereien-Pfanne, in der alle drei Innereien verwendet werden. Kombiniert mit etwas Speck, etwas Gemüse und einer aromatischen Gewürzmischung aus Senfsaat, Pfeffer, Koriander, Piment, Nelke, Oregano und Paprikapulver. Und zusätzlich Senf und Harissa. Von Peter von Genussphantasie habe ich die Anregung übernommen, Pasta in der Pfanne selbst mitzugaren. Und mit Weißwein und Fond wird eine leckere Sauce zubereitet. Wichtig ist bei der Zubereitung, zuerst nur Herzen und Mägen – da Muskelfleisch – anzubraten, dann in der Sauce zu schmoren und die Sauce dabei zu reduzieren. Lebern aber – da Drüsengewebe – werden erst 1–2 Minuten vor Ende der Garzeit in einer separaten Pfanne in Öl kurz angebraten, damit sie innen noch rosé sind und nicht durch zu langes Garen zu trocken werden, und dann unter die

Innereien-Pfanne gemischt.

Zutaten für 2 Personen:

- 150 g Hähnchenherzen
- 150 g Hähnchenlebern
- 150 g Hähnchenmägen
- 50 g durchwachsener Bauchspeck
- 1 ½ Zwiebeln
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Wurzel
- 1 Tomate
- 100 g Gnocchi (Pasta)
- 1 TL Senf
- 1 TL Harissa
- 200–300 ml trockener Weißwein
- 100 ml Bratenfond
- 200 ml Gemüsefond
- 2 Lorbeerblätter
- Salz
- Pfeffer
- Olivenöl

Für die Gewürzmischung:

- ½ TL Senfsaat
- ½ TL schwarze Pfefferkörner
- ½ TL Korianderkörner
- 6 Pimentkörner
- 1 Nelke
- ½ TL getrockneter Oregano
- ½ TL süßes Paprikapulver

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 1 Std.

Lebern von Fettgewebe befreien, Herzen und Mägen von Fettgewebe und Sehnen. Die Innereien in grobe Stücke schneiden. Speck in kleine Würfel schneiden, die Schwarte für das spätere Garen aufbewahren. Zwiebeln, Knoblauchzehen und

Wurzel schälen. Zwiebel in grobe Stücke, Knoblauch in kleinere Stücke und Wurzel in dünne, halbe Scheiben schneiden. Tomate auch in grobe Stücke schneiden. Gewürze für Gewürzmischung in einen Mörser geben und fein mörsern.

Speckschwarte in einer großen Pfanne ohne Fett anbraten, bis Fett austritt. Noch etwas Olivenöl dazugeben und Herzen, Mägen und Speck darin anbraten. Zwiebeln, Knoblauch und Wurzel hinzugeben und mit anbraten. Gewürzmischung dazugeben und auch mit anbraten, bis sich viele Röststoffe auf dem Pfannenboden gesammelt haben. Senf und Harissa hinzugeben. Mit einem Schuss Wein ablöschen und mit dem Kochlöffel die Röststoffe vom Pfannenboden ablösen. Fonds und restlichen Weißwein dazugeben. Ebenso noch die Lorbeerblätter. Salzen. Alles bei geringer Temperatur etwa 40–50 Minuten köcheln und reduzieren. Etwa 10 Minuten vor Ende der Garzeit – je nach Zubereitungszeit der Pasta – diese in die Sauce geben und darin garen. Ebenso Tomatenstücke hinzugeben. Dann kurz vor Ende der Garzeit Leberstücke salzen und pfeffern, Olivenöl in einer kleinen Pfanne erhitzen und die Leberstücke darin 1–2 Minuten anbraten, damit sie innen noch rosé sind. Unter die anderen Zutaten der Innereien-Pfanne heben und diese abschmecken. Lorbeerblätter und Speckschwarte herausnehmen und Innereien-Pfanne in zwei tiefen Tellern servieren.