Hammelhoden-Ragout mit Spaghetti



Leckeres Ragout mit Pasta

Schneidet man Hoden in zwei Hälften oder kleine Stücke, stellt man fest, dass sie in etwa wie Leber – natürlich heller – oder Niere aussehen. Kein Wunder, Hoden sind auch Drüsengewebe.



Frische Hammelhoden

Hoden erinnern geschmacklich im Ragout an Schweine- oder Kalbfleisch, und sie sind aufgrund der langen Garzeit um ein Vieles zarter, als wenn man sie in der Pfanne brät.

Hoden sind von einer dünnen Haut umhüllt. Man entfernt diese, indem man die Hoden ein wenig einschneidet und die Haut dann rundherum abzieht. Die Ausbuchtungen der Hoden und größere außenliegende Blutgefäße schneidet man ebenfalls weg.

Zutaten für 1 Person:

- 3 Hammelhoden
- 125 g Spaghetti
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 rote Chilischote
- 1–2 Tomaten (oder 200 g stückige Tomaten aus der Dose)
- 1 Zweig Salbei
- 1 Zweig Rosmarin
- trockener Rotwein
- 200 ml Hühnerfond
- Mehl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 35 Min.

Blätter der Kräuter abzupfen und kleinwiegen. Strunk der Tomaten entfernen, Tomaten in kleine Stücke schneiden. Zwiebel und Konblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chilischote putzen und in Ringe schneiden. Hoden in grobe Stücke schneiden. Überschüssiges, sich ansammelndes Wasser abgießen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Chilischote darin anbraten. Hodenstücke dazugeben. Alles mehlieren und kräftig anbraten.



Mehlierte Hoden mit Zutaten
in der Pfanne

Mit Rotwein ablöschen. Tomaten dazugeben. Kräuter hinzugeben. Ebenfalls Fond dazugeben. Alles verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen.

Währenddessen Pasta nach Anleitung zubereiten.

Sauce abschmecken. Pasta in einen tiefen Nudelteller geben, Ragout darüber verteilen und alles servieren.

© Fotos: Löffel