

Kalbshirn



Blanchiertes, abgekühltes Kalbshirn

Hirn hat an sich keinen eigenen Geschmack. Aber es nimmt Geschmack und Aromen von anderen Produkten an. Das Kalbshirn muss für die drei hier folgenden Rezepte Kalbshirn-Suppe, Kalbshirn mit Rührei und gebackenes Kalbshirn zuerst ein wenig vorbereitet werden.

Das Kalbshirn kommt in nur siedenden Gemüsefond und zieht dort 15 Minuten. Dann kann man es herausnehmen und für die weiteren Gerichte verwenden. Der Fond selbst wird sehr kräftig gewürzt, so dass er fast schon überwürzt ist. Mit Lorbeerblättern, Gewürznelken, Salz und Pfeffer wird sehr kräftig gewürzt und dem Kalbshirn etwas Aroma gegeben.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 l Gemüsefond
- 350 g Kalbshirn

- 4 Lorbeerblätter
- 2 Gewürznelken
- 1 EL Essig
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: 15 Min.

Fond in einem Topf erhitzen und Lorbeerblätter und Gewürznelken hineingeben. Essig hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer sehr kräftig würzen. Kalbshirn vorsichtig in den nur noch siedenden Fond geben und 15 Minuten ziehen lassen.

Kalbshirn vorsichtig mit einem Schaumlöffel herausheben, auf einen Teller geben und abkühlen lassen.

„Woche der Innereien“

Ich feiere Ende der kommenden Woche meinen 55zigsten Geburtstag. Zur Feier des Tages habe ich etwas Geld investiert und bei der Online-Metzgerei Böbel einige Innereien eingekauft. Ich läute daher kommende Woche die „Woche der Innereien“ ein. Ich werde jeden Tag ein neues Innereien-Rezept veröffentlichen: Herz, Leber, Niere, Hirn, Lunge, Blase, Krohnfleisch, Bäckchen und Hoden. Ich beginne morgen mit einer Kalbshirn-Suppe. Auch wenn mich niemand mehr liebt, wenn ich Innereien-Gerichte zubereite, mache ich dies dennoch; denn Innereien sind preiswert, schmackhaft und vielseitig zuzubereiten. Es macht richtig Freude, mit Innereien zu arbeiten. Es macht Spaß, ein Innereien-Rezept zuzubereiten.

Achtung, Kontrolle!

Ich veröffentliche ja in unregelmäßigen Abständen neben den Rezepten auch einfache Blogbeiträge zu Themen wie Foodfotografie, Digitale Medien oder anderem. Diesmal ein kurzer Beitrag zum Thema Kontrolle in der Lebensmittelindustrie oder beim Kochen.

Ich habe in der letzten Zeit vermehrt Kochsendungen im Fernsehen geschaut. Und dabei fiel mir ein, dass ich – ebenso wie die Kontrolleure und Testesser in den Kochsendungen – ich früher auch einmal Kontrolleur war. Kein Kontrolleur in der Lebensmittelindustrie, dazu fehlt mir die Ausbildung und vermutlich entsprechende Zulassung. Aber doch Kontrolleur in anderer Form.

Mein Vater war Kontrolleur bei einer Firma, die weltweit Kontrollen bei der Ver- und Entladung von Lebensmitteln und anderen Produkten auf bzw. von Schiffen und Lastwagen durchführte. Die Firma hat in Deutschland ihren Sitz in Hamburg, international in Genf. Mein Vater hat mir nach dem Abitur, als ich noch nicht mit dem Studium anfing, einen Aushilfsjob in seiner Firma verschafft, so dass ich etwas Geld verdienen konnte. Ich führte somit Kontrollen durch.

Ich habe eine Tätigkeit bei einer Hähnchen-Schlachtereie in Limburg durchgeführt – vermutlich war es ein Betrieb von Wiesenhof. Dabei habe ich nicht den Betrieb oder den Ablauf der Schlachtung kontrolliert oder die Hähnchen z.B. auf Salmonellen untersucht. Nein, ich habe nur die Menge der in LKWs verladene geschlachteten Hähnchen und stichprobenartig das Gewicht einzelner Hähnchen kontrolliert. Ich war somit Kontrolleur.

Der Nachteil dieses Aushilfsjobs war leider derjenige, dass ich danach 10 Jahre kein Hähnchen mehr gegessen habe. Es war nicht der automatisierte Tötungsvorgang der Hähnchen. Sondern

der Zustand der aus den Mästereien in LKWs angelieferten Hähnchen. Denn die Tiere waren alle völlig degeneriert. Nach etwa 10 Jahren war ich dann jedoch soweit, dass ich mir sagte, eigentlich könne ich mal wieder ein Hähnchen essen.

Hähnchenmägen-Ragout in Tomaten-Sauce mit Penne rigate



Schmackhaftes Ragout

Wie ich bei der letzten Zubereitung von Hähnchenmägen schon schrieb, kann man mit ihnen eigentlich nur ein Ragout zubereiten. Sie müssen 1–2 Stunden geschmort werden, sonst

sind sie zäh.

Dieses Mal bereite ich sie in einer Tomaten-Sauce zu. Diese verfeinere ich mit etwas Thymian.

Dazu als Beilage Penne rigate.

Zutaten für 2 Personen:

- 300 g Hähnchenmägen
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 480 g gestückelte Tomaten (Dose)
- 240 ml Gemüsefond
- 2 TL Thymian
- süßes Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- 250 g Penne rigate
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 60 Min.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebeln putzen und quer in Ringe schneiden. Hähnchenmägen in grobe Stücke schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Öl in einem Topf erhitzen und Hähnchenmägen und Gemüse darin anbraten. Tomaten dazugeben. Fond hinzugeben. Thymian dazugeben. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer kräftig würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 60 Minuten köcheln lassen. Sauce abschmecken.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Pasta in zwei tiefe Nudelteller geben. Ragout mit Sauce großzügig darüber verteilen. Mit Petersilie garnieren.

Servieren.

Vegetarisches Snack-Brett



Leckerer Snack

Ein kleiner Abend-Snack, vegetarisch zubereitet aus Gemüse, Pilzen und Eiern.

Lässt man die Eier weg, hat man sogar eine veganes Gericht.

Gewürzt wird nur mit Salz und Pfeffer. Angemacht werden die Zutaten mit ein wenig Balsamico-Essig und gewürztem Olivenöl.

Zutaten für 2 Personen:

- 4 Tomaten
- 1 Paprika

- 2 Wurzeln
- 6 braune Champignons
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Eier
- Salz
- Pfeffer
- Balsamico-Essig
- [gewürztes Olivenöl](#)

Zubereitungszeit: 10 Min.

Wasser in einem Topf erhitzen und Eier darin kochen. Herausnehmen, unter kaltem Wasser abschrecken und pellen. Eier in Scheiben schneiden und jeweils zwei Eier auf ein großes Anrichte-Brett geben.

Strunk der Tomaten entfernen und die Tomaten in grobe Stücke schneiden. Paprika putzen, längs in schmale Streifen schneiden und diese quer halbieren. Lauchzwiebeln putzen und in grobe Stücke schneiden. Wurzeln putzen, schälen und ebenfalls in grobe Stücke schneiden. Champignons in dünne Scheiben schneiden.

Jeweils die Hälfte des Gemüses und der Pilze auf jeweils ein Anrichte-Brett geben und schön darauf anrichten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas Balsamico-Essig und Olivenöl darüber geben. Servieren.

Linguine und Spaghetti mit Obatzter-Sauce mit Chili



Schmackhaftes Pasta-Gericht

Diesmal ein Pasta-Gericht gemischt aus Linguine und Spaghetti.

Mit einer Käse-Sauce, die ich aus Sahne und fertigem Obatzter zubereite, wobei letzterer mit Chili verfeinert ist.

Zutaten für 2 Personen:

- 125 g Linguine
- 125 g Spaghetti
- 150 g Obatzter, mit Chili verfeinert
- 100 ml Sahne

Zubereitungszeit: 10 Min.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Sahne in einem kleinen Topf erhitzen, Obatzter dazugeben und darin auflösen. Sauce eventuell mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Pasta in zwei tiefe Nudelteller verteilen. Sauce großzügig

darüber geben. Servieren.

Pasta olio



Leckerer Pasta-Gericht

Diesmal Penne rigate nur mit gutem Olivenöl und Salz und Pfeffer. Ich lasse das „aglio e peperoncini“ weg, also den Knoblauch und die Peperoni.

Die Pasta, die ich verwende, hat in etwa die gleiche Gardauer, so dass man sie zusammen kochen kann.

Zutaten für 2 Personen:

- 250 g Penne rigate gemischt (normale und Bio-Pasta)
- gewürztes Olivenöl

- Meersalz
- schwarzer Pfeffer
- 12–14 Scheiben Parmesan

Zubereitungszeit: 10–12 Min.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Parmesanscheiben dünn abschneiden.

Pasta in zwei tiefe Nudelteller geben, mit frisch gemahlenem Meersalz und Pfeffer würzen und großzügig Olivenöl darüber geben. Parmesanscheiben darüber verteilen. Servieren.

Hackfleisch-Topf mit Kartoffeln und Sauerkirschen



Leckerer Topf

Ich bereite eine Art Eintopf mit Hackfleisch zu. Dazu verwende ich noch Kartoffelwürfel und gebe kurz vor Ende der Garzeit noch Sauerkirschen hinzu.

Die Brühe bereite ich aus Chianti und ein wenig Saft der Sauerkirschen zu.

Ich lehne mich bei der Brühe an die Zubereitung von Chili con carne an und verwende die meisten der dabei verwendeten Gewürze wie Kreuzkümmel, Paprikapulver, Cayenne-Pfeffer, Koriander, Ingwer und Thymian.

Zutaten für 3–4 Personen:

- 250 g Hackfleisch
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Peperoni
- 2 Tomaten

- 1/2 Paprika
- 2 große Kartoffeln
- 1 Wurzel
- 2 EL Sauerkirschen (Glas)
- 0,75 l Chianti
- 50 ml Sauerkirsch-Saft
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- süßes Paprikapulver
- Cayenne-Pfeffer
- gemahlener Koriander
- Ingwerpulver
- 1/2 TL Thymian
- 3 Lorbeerblätter
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel und Peperoni putzen und quer in Ringe schneiden. Strunk der Tomaten entfernen und diese in grobe Stücke schneiden. Paprika putzen und ebenfalls in grobe Stücke schneiden. Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Wurzel putzen, schälen und auf einer Küchenreibe grob reiben.

Öl in einem Topf erhitzen und Hackfleisch, Zwiebel, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Tomaten, Paprika, Peperoni und Wurzel dazugeben und mit anbraten. Mit dem Chianti ablöschen. Sauerkirschsaft hinzugeben. Mit Kreuzkümmel, Paprikapulver, Cayenne-Pfeffer, Koriander, Ingwer, Thymian, Salz und Pfeffer würzen. Eine Prise Zucker dazugeben. Lorbeerblätter hinzugeben. Alles verrühren und 15 Minuten köcheln lassen. Auf 2/3 der ursprünglichen Menge der Flüssigkeit reduzieren. 10 Minuten vor Ende der Garzeit Kartoffeln dazugeben und mit garen. Kurz vor Ende der Garzeit Sauerkirschen dazugeben und nur noch kurz miterhitzen.

Lorbeerblätter entfernen. Brühe abschmecken.

Hackfleisch-Topf in zwei tiefe Teller geben und servieren.

Rustikaler Bratwurst-Salat



Leckerer Salat

Ein Salat, rustikal zubereitet mit Rostbratwürsten, Kartoffeln und Tomaten. Dazu noch Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel.

Gewürzt wird nur mit Salz und Pfeffer.

Und angemacht wird der Salat mit gutem Balsamico-Essig und Olivenöl.

Diese Menge des Salats ist genug, dass man ihn als komplette Mahlzeit serviert.

Mein Rat: Zuerst kommt der Balsamico-Essig an den Salat, dann erst das Olivenöl. Denn merke, käme zuerst das Olivenöl an den Salat, würde der leichte Ölfilm verhindern, dass der Salat den Essig aufnimmt.

Zutaten für 2 Personen:

- 10 Rostbratwürste
- 4 große Kartoffeln
- 4 Tomaten
- 2 Schalotten
- 4 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- Salz
- Pfeffer
- Balsamico-Essig
- Olivenöl

Zubereitungszeit: 20 Min.

Kartoffeln schälen und in kleine Würfel schneiden. Wasser in einem Topf erhitzen und Kartoffelwürfel darin 6–8 Minuten garen. Wasser abgießen und Kartoffelwürfel abkühlen lassen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Rostbratwürste darin auf beiden Seiten jeweils 3–4 Minuten anbraten. Herausnehmen, auf einen Teller geben und abkühlen lassen. Dann quer in Scheiben schneiden.

Schalotten und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebeln putzen und quer in Ringe schneiden.

Bei den Tomaten den Strunk wegschneiden, dann die Tomaten in grobe Stücke schneiden.

Rostbratwürste, Kartoffeln, Tomaten, Schalotten, Knoblauch und Lauchzwiebeln in eine Schüssel geben. Mit Salz und Pfeffer kräftig würzen. Mit Balsamico-Essig und Olivenöl anmachen. Mit einem Salatbesteck gut vermischen.

Salat in zwei tiefe Teller geben und servieren.

Kakao-Kuchen



Rührkuchen mit kräftiger Farbe

Mein kürzestes Rezept in meinem Foodblog bisher.

Zutaten:

Für den Rührteig:

- [Grundrezept](#)

Zusätzlich:

- 3–4 EL Kakao

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Backzeit 60 Min.

Kakao in den fertigen Rührteig geben und kräftig verrühren.

Pfannkuchen mit Sauerkirsch-Füllung



Süßer Pfannkuchen

Ich bereite ein süßes Pfannkuchengericht zu. Da ich als Füllung Sauerkirschen und etwas Honig hineingebe, würze ich den Pfannkuchen nicht, er soll somit neutral schmecken.

Zutaten für 2 Personen:

- 6 EL Mehl

- 2 Eier
- etwa 200 ml Milch
- 6 EL Sauerkirschen (Glas)
- Honig

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 2 Min. | Garzeit 5 Min.

Mehl in eine Schüssel geben. Eier aufschlagen und dazugeben. Milch hinzugeben. Mit dem Schneebesen gut verrühren.

Öl in zwei Pfannen erhitzen. Jeweils die Hälfte der Pfannkuchenmasse in eine der Pfannen geben und mit dem Kochlöffel gut verteilen. Pfannkuchen jeweils etwa 2–3 Minuten auf beiden Seiten anbraten.

Pfannkuchen herausnehmen und auf zwei Teller geben. Etwas Honig darüber träufeln. Sauerkirschen jeweils in der Mitte daraufgeben. Pfannkuchen von den Rändern her zusammenrollen. Auf die zusammengerollten Pfannkuchen nochmals etwas Honig träufeln. Servieren.

Reis - Sauerkirsch - Tarte



Sehr schöne Tarte

Ich backe eine süße Tarte. Diesmal mit Milchreis und Sauerkirschen. Damit die Tarte insgesamt noch etwas süßer wird, gebe ich Vanillezucker dazu.

Zur Sicherheit gebe ich anstelle der vier Eier aus dem Grundrezept für die Füllung sechs Eier hinzu.

Mein Rat: Bei dieser Füllmasse verträgt die Tarte schon 40-50 Minuten Backzeit im Backofen.

Noch ein Rat: Die Tarte lässt sich sicherlich auch mit mehr Milchreis, also z.B. 250 g anstelle der verwendeten 125 g, zubereiten. Für einen ersten Backversuch habe ich jedoch die geringere Menge genommen.

Zutaten:

Für den Hefeteig:

- [Grundrezept](#)

Für die Füllung:

- 6 Eier
- 200 ml Sahne
- 125 g Milchreis
- 200 g Sauerkirschen (Glas)
- 100 g Vanillezucker

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 30 Min. | Backzeit 40-50 Min.

Milchreis nach Anleitung zubereiten und abkühlen lassen.

Backofen auf 180 °C Umluft erhitzen.

Spring-Backform einfetten.

Teig in die Backform geben, ausdrücken und einen 2–3 cm hohen Rand ausziehen.

Eier aufschlagen und in eine Rührschüssel geben. Sahne dazugeben. Mit dem Schneebesen gut verrühren. Milchreis hinzugeben. Sauerkirschen hinzugeben. Und Zucker dazugeben. Mit dem Backlöffel gut verrühren. Füllung in die Backform geben.

Backform auf mittlerer Ebene für 40 Minuten in den Backofen geben.

Backform herausnehmen. Rand der Spring-Backform lösen und Tarte vom Boden der Backform auf ein Kuchengitter geben. Gut abkühlen lassen.

Spargel



Leckerer vegetarisches Gericht

Um eine Sauce Hollandaise für die Spargel zuzubereiten, benötigt man Eier. Diese hatte ich aber nicht mehr vorrätig.

Und um eine Käse-Sauce zuzubereiten, benötigt man Sahne, die ich aber auch nicht vorrätig hatte.

Also bereite ich die Spargel einfach mit Butter zu.

Die Spargel werden natürlich noch ein wenig gesalzen.

Das Gericht ist aufgrund der verwendeten Butter leider nicht mehr vegan, sondern nur vegetarisch.

Zutaten für 2 Personen:

- 1 kg Spargel
- Butter
- Salz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 6–8 Min.

Spargel schälen.

Wasser in einem großen Topf erhitzen und Spargel darin 6–8 Minuten garen.

Herausnehmen und auf zwei Teller geben. Salzen. Einige Butterflocken darüber geben. Servieren.

Pellkartoffeln mit Butter und Salz



Lecker und vegetarisch

Mein Kühlschrank war fast leer und keine Produkte mehr

vorhanden, die ich zubereiten konnte. Aber Kartoffeln habe ich eigentlich immer zuhause.

Ich bereite die Kartoffeln mit Schalen zu, da ich Bio-Kartoffeln verwende, deren Schalen essbar sind.

Das Ganze ist ein vegetarisches Gericht. Außerdem war es früher ein Arme-Leute-Essen. heute ist es eher ein Gericht für Vegetarier oder Menschen, die abnehmen oder gesund essen wollen.

Zutaten für 2 Personen:

- 10 Kartoffeln
- Salz
- Butter

Zubereitungszeit 12–15 Min.

Wasser in einem großen Topf erhitzen und Kartoffeln darin etwa 12–15 Minuten garen.

Kartoffeln herausnehmen und auf zwei Teller geben. Butter und Salz dazugeben und servieren.

Thunfischfilet mit mediterranean Gemüse



Mediterran genießen

Ich bereite Thunfischfilets zu, die ich nur salze und pfeffere und kurz in Butter anbrate. Dann sind sie noch sehr zart.

Dazu gibt es ein italienisches Gemüse, bestehend aus rotem Paprika, Lauchzwiebeln und braunen Champignons. Ich würze das Gemüse mit Salz und Pfeffer und noch mit Thymian.

Das Gemüse lösche ich mit etwas Soave ab und bilde ein kleines Sößchen.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 rote Thunfischfilets à etwa 125 g
- 1 rote Paprika
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 braune Champignons
- Soave
- Thymian
- Salz
- Pfeffer

- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 5 Min.

Thunfisch auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Paprika und Lauchzwiebeln putzen und in grobe Stücke schneiden. Champignons in Scheiben schneiden.

Butter in zwei Pfannen erhitzen. Thunfischfilets in einer Pfanne auf beiden Seiten jeweils etwa 3–4 Minuten anbraten. Parallel dazu Gemüse in der zweiten Pfanne anbraten. Gemüse salzen und pfeffern. Mit etwas Thymian würzen. Mit einem Schuss Soave ablöschen. Etwas köcheln lassen.

Thunfischfilets auf zwei Teller geben, Gemüse mit etwas Sauce dazugeben und servieren.

Hähnchenmägen-Ragout in Senf-Sahne-Sauce mit Gobbetti



Schmackhaftes Ragout mit Pasta

Hähnchenmägen sind Muskelfleisch. Aber man kann sie eigentlich nur zu einem Ragout verwenden und 1–2 Stunden garen, denn ansonsten sind sie noch zäh.

Ich bereite sie diesmal in einer Senf-Sahne-Sauce zu und gare sie eine Stunde.

Dazu gibt es als Pasta Gobbetti.

Mein Rat: Einige Teelöffel Kapern würden auch noch in die Sauce passen.

Noch ein Rat: Wenn vorhanden, kann man das Gericht vor dem Servieren mit kleingeschnittener, frischer Petersilie garnieren.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenmägen
- 2 Schlotte

- 4 Knoblauchzehen
- 2 Lauchzwiebeln
- 200 ml Sahne
- 4 Esslöffel scharfer Senf
- Salz
- Pfeffer
- Öl
- 250 g Gobbetti

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 60 Min.

Hähnchenmägen halbieren. Schalotten und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebeln putzen und quer in Ringe schneiden.

Öl in einem Topf erhitzen und Mägen und Gemüse darin anbraten. Mit Sahne ablöschen. Senf dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 60 Minuten garen lassen. Alle viertel Stunde das Ragout gut umrühren, damit die Sauce nicht am Topfboden anbrennt.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Sauce abschmecken. Pasta in zwei tiefe Nudelteller geben. Hähnchenmägen-Ragout mit viel Sauce großzügig über die Pasta geben. Servieren.