

# **Herz-Ragout in Weißwein-Sauce mit Fettucine**

Diesmal ein leckeres Ragout, zubereitet aus Schweineherz.

Ich brate das kleingeschnittene Herz zusammen mit Champignons, Schalotten, Lauchzwiebeln und Knoblauch an. Und lösche mit einem sehr großen Schuss Soave ab.

Ich würze mit Garam Masala, Kreuzkümmel, süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Das Ganze lasse ich eine Stunde lang köcheln.

Es ergibt eine sehr leckere, schmackhafte Sauce.

Dazu wähle ich als Beilage frische Fettucine.

---

[amd-zlrecipe-recipe:223]

# **Leber-Ragout in Rotwein-Sauce mit Basmatireis**

Ein feines Ragout. Mit Schweineleber.

Dazu roter Spitzpaprika, Schalotten, Knoblauch, Lauchzwiebeln und braunen Champignons.

Kurz in Butter gebraten, dann mit einem trockenen Rotwein abgelöscht.

Gewürzt nur mit Salz und Pfeffer.

Dazu als Beilage Basmatireis.

[amd-zlrecipe-recipe:222]

---

# **Kronfleisch-Gulasch mit Champignons und Fettuccine**

Kronfleisch ist das Zwerchfell von Rind oder Schwein. Es ist ein grobfaseriges Muskelfleisch, das meistens in langen Strängen vom Schlachter geliefert wird. Obwohl es Muskelfleisch ist, zählt es zu den Innereien.

Aus Kronfleisch kann man herrliches Gulasch zubereiten. Nach einer Stunde Schmorzeit ist es ganz weich und zart.

Verfeinert habe ich das Gulasch mit braunen Champignons, Schalotten und Knoblauch.

Die Sauce bilde ich aus Soave und Gemüsefond.

Ich würze das Ganze kräftig mit Kreuzkümmel, Salz und Pfeffer.

Als Beilage wähle ich Fettuccine.

[amd-zlrecipe-recipe:213]

---

# **Schweinehirn in Tomaten-Sugo mit Fettuccine**

Schweinehirn, in siedendem Salzwasser blachiert, dann in kleine Stücke zerteilt und in Butter schön kross angebraten. Das schmeckt einfach lecker.

Dazu habe ich ein einfaches Tomaten-Sugo zubereitet, aus Schalotten, Knoblauch, roten Chili-Schoten und geschälten Tomaten aus der Dose. Einfach, aber lecker und schmackhaft.

Als Beilage wähle ich Fettuccine, die ich immer wieder gerne esse.

[amd-zlrecipe-recipe:211]

---

# **Schweineleber mit Röstzwiebeln und Kartoffelstampf**

Ein klassisches Essen.

Ich habe vier dünne Schweineleberscheiben vorrätig. Diese würze ich mit Salz und Pfeffer und mehliere sie.

Die in Ringe geschnittenen Schalotten mehliere ich ebenfalls.

Kartoffelstampf bereite ich aus gekochten Kartoffeln zu mit etwas Milch und etwas Würze wie Muskat, Salz und Pfeffer. Dieses Mal gebe ich die gekochten Kartoffeln nicht in eine Rührschüssel und bereite mit dem Pürierstab Kartoffelpüree zu, sondern zerstampfe sie nur grob zu Kartoffelstampf.

---

[amd-zlrecipe-recipe:209]

## **Schweineherz-Steak mit Tomaten-Champignon-Gemüse**

Nach den zwei Wochen der „Pasta“ nun endlich wieder ein Gericht mit Fleisch, oder besser gesagt, mit einer Innereie.

Ich bereite Schweineherz-Steaks zu, die ich einfach in Butter anbrate.

Dazu gibt es ein kleines Gemüse aus Tomaten und Champignons.

Das Gemüse verfeinere ich ein wenig mit kleingewiegt Petersilie.

Das Steak gelingt sehr gut, ist sehr schmackhaft und innen noch leicht rosé.

[amd-zlrecipe-recipe:188]

---

# Prärieauster-Gemüse-Ragout mit Bandnudeln

Nun, was ist eine Prärieauster, werdet Ihr Euch fragen. Das ist einfach erklärt. Eine Prärieauster ist ein Bullenhoden.



Als die Cowboys in Amerika ihre Viehtrecks durchführten und dabei unterwegs auch einmal ein Rind oder einen Bullen schlachteten, mussten sie natürlich alles von dem jeweiligen Tier verwenden. Das waren bei einem Bullen eben auch seine Hoden. Daher bekam der Bullenhoden den Begriff „Prärieauster“.

Männliche Hoden sind Drüsengewebe. Sie haben ein harte Haut, die man nicht essen kann und deshalb vor dem Zubereiten entfernen muss.

Ich bereite die Prärieauster als Ragout zu, indem ich sie kleinschneide. Desweiteren verwende ich Gemüse, das ich kleinschneide oder grob reibe.

Die Sauce wird aus selbst zubereitetem Gemüsefond zubereitet.

Dazu gibt es als Beilage einfach Bandnudeln.



Die Prärieauster gelingt in diesem Gericht sehr zart und fein. Sie erinnert von Geschmack und Konsistenz ein wenig an Leber oder Niere.

---

[amd-zlrecipe-recipe:167]

# **Saueres Lüngerl mit frischen Gnocchi**

Ich hatte noch Schweineherz und -lunge vorrätig. Und da das zubereitete saure Lüngerl vor einiger Zeit sehr gut gelungen ist und geschmeckt hat, habe ich es einfach nochmals zubereitet.

Diesmal habe ich frische Gnocchi als Beilage gewählt. Die Gnocchi sind aus der Pasta-Fabrik in der Nähe meines Wohnortes. Sie gelingen sehr gut und sind sehr zart und schmackhaft. Wirklich sehr lecker.

Ein sehr leckeres Innereien-Gericht

---

# **Saueres Lüngerl mit Bandnudeln**

Da ich von meiner letzten Bestellung bei meinem Online-Schlachter Schweineherz und -lunge vorrätig hatte, kann ich nun endlich wieder eines meiner Lieblings-Innereien-Gerichte zubereiten, und zwar saures Lüngerl. Diese Gericht gelingt sehr gut und das Lüngerl und die Sauce ist sehr schmackhaft.

Herz und Lunge werden kleingeschnitten und über Nacht in einer schmackhaften Marinade mariniert.

Am darauffolgenden Tag kann man sie zubereiten und mit Sardellen, Zitronenzesten und Schmand eine leckere Sauce zubereiten. Die Marinade wird natürlich auch noch weiterverwertet und für die Sauce verwendet.

Dazu gibt es als Beilage einfach leckere Bandnudeln.

Wer gute und leckere Innereien essen will, sollte tatsächlich einmal dieses Gericht zubereiten.

---

[amd-zlrecipe-recipe:165]

# **Flambierte Schweinenieren im Speckmantel mit Kartoffel-Macédoine**

Diese Schweinenieren gelingen wirklich sehr gut.

Ich würze sie kräftig mit Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer. Wickle sie in Speckscheiben. Brate sie in Butter an. Und flambiere sie in Cognac, mit dem ich auch ein kleines Sößchen bilde.

Macédoine sind übrigens in kleine Würfel geschnittenes Gemüse oder Kartoffeln, Schnittlänge etwa 8–10 mm.

---

[amd-zlrecipe-recipe:160]

# Schweinehirn in Weißwein-Sauce mit Linguine

Schweinehirn sollte vor der eigentlichen Zubereitung immer schon etwas vorgegart sein. Dazu gibt man es in siedenden Gemüsefond und lässt es etwa 10 Minuten ziehen. Es wird dadurch etwas fester und bekommt eine bessere Konsistenz. Im rohen Zustand ist es ja eher weich und wässrig.

Ich zerkleinere das Schweinehirn nach dem Blanchieren in grobe Stücke und brate es mit Schalotte und Knoblauch in Butter an. Abgelöscht wird mit einem trockenen Weißwein, für den ich dieses Mal einen Sauvignon wähle, damit man etwas Fruchtigkeit in die Sauce bekommt.

Gewürzt wird nur mit Salz und natürlich – zur Farbe des Hirns und der Sauce passend – mit weißem Pfeffer.

Auch der gehobelte Parmesan vor dem Servieren passt natürlich farblich sehr gut zu dem Gericht.

Das Schweinehirn schmeckt sehr zart und fein.

Als Beilage wähle ich Linguine.

So, wie ich mit diesem Gericht etwas Neues kreiere, macht dies auch ein Küchenduett auf ihrer eigenen Website [Kochduett](#). Hier haben sich zwei Kochprofis gefunden und erfinden traditionelle Gerichte neu oder verfeinern eben schon bekannte und bestehende Rezepte. Die Zubereitung der Gerichte wird in Text, Bild und Film gezeigt. Wenn man eine professionelle Küche mit einem kleinen Filmstudio hat, dann kann man natürlich die Zubereitung von Gerichten sehr schön und ansprechend zeigen. Schaut mal rein auf die Website, es ist interessant, welche Neuerungen klassische Gerichte noch zusätzlich verfeinern und ihnen einen gewissen Kick geben.

[amd-zlrecipe-recipe:147]

---

# Gebratener Pansen mit Gobbetti in Senf-Sauce

Ich liebe in Butter kross gebratenen Pansen. Er schmeckt so lecker!

Pansen muss natürlich vorbereitet werden, indem man ihn etwa 4 Stunden in Gemüsefond gart. Dann abkühlen lassen, kleinschneiden und in Butter anbraten. Lecker!

Dazu gibt es als Beilage Gobbetti.

Ich bereite für die Pasta separat einen Senf-Sauce zu.

[amd-zlrecipe-recipe:146]

---

# Hirn-Suppe

Hier bereite ich eine Hirn-Suppe zu. Da es immer noch etliche Bedenken gibt, wegen BSE ein Rinder-Hirn zuzubereiten, verwendet man eben einfach ein Kalbs-Hirn. Oder wie in diesem Fall, ein Schweine-Hirn.

Hirn muss für bestimmte Hirn-Gerichte etwas vorbereitet

werden. Normalerweise bereitet man es im Ganzen vor und blanchiert es etwa 15 Minuten in nur noch siedendem Gemüsefond. Da ich das Schweinehirn ja in Fleischfond für eine Suppe zubereite, ist dies jedoch nicht notwendig.

Da die einzige Zutat in dieser Suppe „Fleisch“ ist, also eine Innereie, verwende ich für die Suppe einen kräftigen Fleischfond.

Das Hirn in der Suppe schmeckt einfach köstlich.

Dazu passt eine frische Schrippe oder etwas Baguette.

---

[amd-zlrecipe-recipe:145]

## **Pansen-Spargel-Gulasch mit Rosinen und Penne Rigate**

Die Innereien-Woche hat sich nun doch um eine Woche verschoben. Mein Online-Metzger hat nicht immer Bullenhoden vorrätig. Und auch sein Lieferant kann dies nicht immer sofort liefern. Denn schließlich braucht es dafür einen ganzen Bullen. ☐

Als erstes Innereien-Gericht bereite ich Gulasch mit Pansen und Spargel zu, dazu Pasta. Dieses Gericht war so eigentlich nicht geplant, ich bin eher zufällig darauf gekommen.

Pansen muss man für die weitere Zubereitung erst vorbereiten. Voraussetzung ist natürlich, dass man vom Schlachter weißen, also gereinigten Pansen bekommt. Dann muss der Pansen in Gemüsefond etwa 3–4 Stunden köcheln, um gegart zu sein.

Dies habe ich mit dem mir gelieferten Pansen getan. Ich habe ihn dann mit dem Schaumlöffel herausgehoben, auf einen Teller gegeben und abkühlen lassen. Nach dieser langen Garzeit ist der Pansen leicht faserig. Und als ich ihn so betrachtete, erinnerte er mich an gegartes, faseriges Rinder-Gulasch. Und ich dachte mir, wieso nicht von der Hälfte des vorgegarten Pansen ein schönes Gulasch zubereiten. In kleine Stücke geschnitten. Dazu passte dann noch, dass ich noch Spargel vorrätig hatte, der verbraucht werden musste. Das passte dann zum Gulasch.

Und zusätzlich habe ich etwas Rosinen in das Gulasch gegeben. Die Rosinen sorgen für eine leichte Süße im Gulasch.

Die Sauce bilde ich allein aus dem stark verkochten und reduzierten Gemüsefond, den man nicht weiter würzen muss. Der reduzierte Fond ist so würzig, dass ich zum einen noch etwas Sahne zum Binden und Abmildern hinzugebe. Und zusätzlich kann man die Sauce auch noch mit etwas Kochwasser der Pasta verlängern.

Das Gericht ist somit selbst kreiert und schmeckt wirklich lecker.

---

[amd-zlrecipe-recipe:143]

## **Rinderleber mit Röstzwiebeln und Pasta in Rotwein-Sauce**

Ich bereite zwei schöne Stücke Leber zu, die ich würze, mehliere und in Butter anbrate. Dazu Röstzwiebeln, wozu ich in

Scheiben geschnittene Zwiebeln verwende, die ich ebenfalls mehliere und als erstes in Butter brate.

Für Geschmack für Leber und die zu bildende Sauce brate ich dann in Butter einige Sardellenfilets an. Sie passen zur Leber und sollen nur Würze geben. Die Sauce bilde ich dann aus Rotwein. Das für die Röstzwiebeln verwendete Mehl in der Pfanne dickt die Sauce etwas ein. Und auch die Röststoffe der Zwiebeln und der Leber in der Pfanne geben noch Würze, so dass man die Sauce nicht würzen muss.

Dazu als Beilage einfache Pasta.

[amd-zlrecipe-recipe:7]

---

## Stierhoden-Ragout mit Quinoa



## Sehr schmackhaftes Ragout

Ein Ragout mit Stierhoden, Speck und Tomaten. Dazu kuche ich das erste Mal mit Quinoa, das bewundert und als sehr schmackhaft angepriesen wird. Quinoa erinnert sehr stark an Hirse.

Stierhoden haben eine feste Haut, die man nicht essen kann. Am besten friert man die Stierhoden ein. Dann lässt man sie eine Stunde auftauen. Ergebnis: Das Drüsengewebe der Hoden ist noch gefroren und fest. Die äußere Haut ist jedoch aufgetaut und weich. Man schneidet sie ein und zieht sie einfach ab. Dann zerkleinert man das Drüsengewebe der Hoden für das Ragout.

Die Sauce des Ragouts bereite ich mit Tomaten aus der Dose und trockenem Weißwein zu. Die Sauce lasse ich aber stark reduzieren, so dass das Ragout sehr dickflüssig wird.

Die Hoden sind nach dem Garen sehr zart. Und das Gericht ist sehr würzig.

*Mein Rat:* Wer es etwas würziger haben möchte, gart das Quinoa nicht in kochendem Wasser, sondern in Gemüsefond.

### **Zutaten für 2 Personen:**

- 2 Stierhoden
- 120 g Speck
- 3 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- 1 rote Chili-Schote
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 2 Kardamomkapseln
- Zimt
- 2 EL süßes Paprika-Pulver
- 1 Dose geschälte Tomaten (400 g)
- 300 ml trockener Weißwein
- 1–2 TL Zucker

- Salz
- Pfeffer
- Quinoa
- Petersilie

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 60 Min.

Hoden nach oben beschriebener Vorgehensweise häuten. Längs dritteln, dann jede Scheibe längs halbieren und grob in Stücke schneiden.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chili-Schote putzen und quer in Ringe schneiden. Speck in kurze Streifen schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Öl in einem Topf erhitzen und Hoden, Speck, Zwiebeln, Knoblauch und Chili-Schote darin kräftig anbraten. Tomaten hinzugeben und mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Mit Weißwein ablöschen. Mit Kreuzkümmel, Kardamom, einer Prise Zimt und Paprika-Pulver würzen. Alles verrühren. Zucker hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sauce abschmecken. Bei geringer Temperatur 45 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Die letzten 15 Minuten ohne Deckel auf ein Drittel der Flüssigkeit reduzieren. Dabei gut mit dem Kochlöffel rühren, damit das Ragout nicht am Topfboden anbrennt.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Quinoa nach Anleitung zubereiten.

Nochmals Sauce abschmecken. Quinoa in zwei tiefe Teller geben. Ragout großzügig darüber verteilen. Mit Petersilie garnieren. Servieren.