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

Gebratene Hammelhoden mit Fladenbrot

Gebratene Hoden aus der Pfanne

Mein Kollege Hanswurst hat vor einiger Zeit einige Rezepte zur Zubereitung von Hammelhoden in seinem Foodblog gepostet. Ich war froh, auf diese Rezepte zu stoßen, die er aber auch nur gesammelt und nur zum Teil selbst kreiert hat. Beim Recherchieren nach Rezepten für Hammelhoden stieß ich in jeweiligen Abwandlungen nur auf diese zwei Variationen: entweder kräftig anbraten oder als Ragout mit Pasta. Es ist an der Zeit, eines dieser köstliche Gerichte wieder einmal zu publizieren und an eine breite Öffentlichkeit zu bringen.

Ich bat meinen türkischen Lebensmittelhändler schon vor Monaten, mir Rinder- oder Hammelhoden, möglichst mit zugehörigem Penis, zu besorgen. Bei deutschen Schlachtern bekommt man dies nur sehr schwer. Mein Händler, sonst sehr liebenswürdig und zuvorkommend, drückte sich etwas herum und sagte, er schäme sich, wenn er zu seinem Lieferanten ginge und ihn um „Hoden“ bitte. Da blamiere er sich. Vor einigen Wochen sprach er mich an und sagt, er habe das Ganze nun doch in die Wege geleitet und bekomme am nächsten Tag Hammelhoden geliefert. Das war auch so – eine Packung mit fünf Stück. Für die Rezepte kann man natürlich auch Rinderhoden verwenden, diese werden aber sicherlich größer ausfallen, so dass man davon weniger braucht.

Frische Hammelhoden

Hammelhoden sind etwa so groß wie Gänseeier. 2–3 zum Anbraten in der Pfanne mit Beilage reichen für eine Person. Der Geruch der frischen, rohen Hammelhoden erinnert merkwürdigerweise ein wenig an Fisch oder sogar Austern.

Wenn man die Hoden in zwei Hälften oder kleine Stücke schneidet, stellt man sie fest, dass sie in frischem Zustand in etwa wie Leber – natürlich heller – oder Niere aussehen. Kein Wunder, die Hoden sind auch Drüsen wie die Leber im Körper.

Die gebratenen Hammelhoden sehen aufgeschnitten aus wie Kalbsbraten, der à point gegart ist, oder auch Seelachsfilet – also sehr fein und weißlich. Und geschmacklich erinnern sie an Kalbsbries. Dies ist ebenfalls verständlich, weil beides Drüsen sind.

Zu guter Letzt, die Verdaubarkeit dieser neuen, ungewohnten Speisen, für die man auch erst einmal aufgeschlossen sein muss, war gut. Anders als bei manch anderen Speisen, die ich in den letzten Jahren das allererste Mal probiert hatte und mein Magen nach dem Motto rebellierte: „Was bietest Du mir den da für ein Zeug an? Das hatten wir noch nie und ich habe es vorher noch nie verdaut!“, hatte ich keine Beschwerden mit dem Magen. Er hat nichts reklamiert und es anstandslos verarbeitet.

Vorbereitung:

Das Entfernen der Haut und vorhandenen Wülste

Die 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
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Zweig Salbei
- 1 Zweig Rosmarin
- Mehl
- 2 cl Raki
- Ras el-Hanout
- Honig
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

- Chilisauce
- ½ Fladenbrot oder ein ½ Ciabatta

alternativ zu Raki und Ras el-Hanout:

- Rotwein
- Kräuterwürze, Garam Masala oder Bratengewürz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Hammelhoden, halbiert, eingeschnitten und mehliert

Schneiden Sie die Hoden in jeweils zwei Hälften. Dann schneiden Sie die Hälften auf der oberen, gewölbten Seite ein paar Mal ein, damit sie sich beim Braten nicht nach oben wölben. Salzen und pfeffern Sie die Hälften von beiden Seiten und bestreuen Sie sie mit Ras el-Hanout. Ras el-Hanout ist eine marokkanische Gewürzmischung, die viele unterschiedliche Zutaten vereint und im Asia-Shop oder Onlinehandel erhältlich ist. Alternativ können Sie auch Kräuterwürze, eine Currymischung wie Garam Masala oder Bratengewürz verwenden. Anschließend mehlieren Sie die Hälften in reichlich Mehl.

Geben Sie die Butter in eine Pfanne und erhitzen Sie sie. Braten Sie die Hoden auf beiden Seiten kräftig an, dann geben Sie die kleingeschnittene Zwiebel, den kleingeschnittenen Knoblauch und die Kräuter im Ganzen hinzu. Lassen Sie alles bei geringer Hitze 2 Min. weitergaren. Jetzt gießen Sie den Raki darüber und flambieren das Ganze. Alternativ können Sie alles auch mit einem kräftigen Schuss trockenem Rotwein ablöschen und eine Rotweinsauce daraus machen. Nun noch 5 Min. schmoren lassen und mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Honig abschmecken. Servieren Sie das Ganze auf Tellern und geben Sie noch ein wenig Chilisauce darüber. Dazu Fladenbrot oder Ciabatta.

© Fotos: Löffel