„Meine besten Innereien-Rezepte“ erschienen



Mein neues Kochbuch „Meine besten Innereien-Rezepte“ ist soeben erschienen. Zunächst als eBook-PDF. In den kommenden Tagen folgt das eBook-ePub-Format. Und im Verlaufe der kommenden Wochen die gedruckte Version als Softcover.

Es ist mein bisher umfangreichstes Kochbuch, das ich veröffentliche. Es hat 252 Seiten, 18 Kapitel, 122 Rezepte und 160 Farbfotos. Das Kochbuch folgt ganz dem Motto, es ist unanständig, von einem Schlachttier nur das Muskelfleisch zu essen, sondern man solle von einem Schlachttier möglichst alles verwerten. Daher enthält es Rezepte vom vordersten Teil des Tieres, der Zunge, bis zum hintersten Teil des Tieres, dem Schwanz.

Ich hoffe, ich kann Sie mit meinen Rezepten für eine eventuell neue Erfahrung und somit eine neue Genusswelt in Ihrem kulinarischen Alltag begeistern.

Da das Kochbuch zum einen einen deutlich höheren Seitenumfang hat als zunächst kalkuliert und darüber hinaus auch sehr viele, teils seitenfüllende farbige Foodfotos enthält, ist leider für mich auch der Druckpreis eines einzelnen Exemplars deutlich gestiegen. Um überhaupt noch etwas am Verkauf des Buches zu verdienen – und nicht sogar noch ein Minus beim bisher kalkulierten Verkaufspreis zu machen –, musste ich

leider den Verkaufspreis erhöhen.

Aber ich gehe davon aus, der Inhalt, die Rezepte und die Farbfotos sind Ihnen das wert, und ich hoffe auf ein umfangreiches Feedback von Ihnen zu diesem neuen Kochbuch. Es sind nicht viele Kochbücher auf dem Buchmarkt erhältlich, die eine solche Vielfalt von Schlachttierprodukten in entsprechenden Rezepten präsentiert.

eBook-PDF, ISBN 978-3-941695-59-7

252 Seiten, 18 Kapitel, 122 Rezepte, 160 Farbfotos

19,99 €

Zu beziehen in meinem Online-Buchshop oder entsprechend anderen Online-Buchshops.

Neues Kochbuch „Verfemte Rezepte“

Ich freue mich, dass ich Ihnen mitteilen kann, dass ich mich gerade an die Arbeit für ein neues Kochbuch gemacht habe. Es ist ein Innereien-Kochbuch. Innereien – von vielen gehasst, von wenigen geliebt. Ich gehöre zu dem letzteren Kreis der Anhänger von Innereien. Es drückt eine Wertschätzung gegenüber dem getöteten Tier aus, wenn man möglichst alle Teile eines Tieres verwertet und zubereitet.



Neues Kochbuch-Projekt

Das Kochbuch enthält angefangen bei der Zunge bis zum Schwanz eines Tiers etwa 100 Rezepte und mindestens so viele Foodfotos in insgesamt 18 Kapiteln. Anhand der Anzahl der Kapitel ersehen Sie, dass hier nicht einfach einige Rezepte zu den vier gängigsten Innereien wie Magen, Herz, Leber und Niere veröffentlicht werden. Diese Innereien erfahren in dem Kochbuch zwar auch ihre Würdigung, aber in einer Minderzahl. Es gibt so viel mehr an Innereien und somit Verwertbarem und Genießbarem, das ein Schlachttier zu bieten hat. Lassen Sie sich doch einfach überraschen!

Meine Erfahrung sagt mir, dass ich für dieses Kochbuch etwa dieses ganze Jahr benötige, um es fertig zu stellen. Ich gehe davon aus, dass es zur Weihnachtszeit 2024 fertig gedruckt sein wird. Und ich es Ihnen somit noch passend als mögliches Geschenk für Ihre Lieben präsentieren kann.

Ich muss mich um die folgenden Dinge kümmern:

- Sichtung und Sammlung von passenden Rezepten
- Sichtung und Sammlung der dazu gehörigen Foodfotos (im Originalformat)
- Zusammenstellung der Rezepte und dazugehörigen Fotos in einem Layout
- Gestaltung des Layouts des Buches
- Überarbeitung und teilweise Neuformulierung des zum jeweiligen Rezept gehörigen Textes
- Mehrfache Korrektur des Kochbuchs, eventuell Lektorat durch einen selbstständigen Lektor außerhaus
- Erzeugung der Druckversion des Kochbuchs, Prüfung derselben und Erteilung des Druckauftrags an meine Druckerei
- Spannendes Warten auf die Lieferung …

Drücken Sie mir die Daumen. Spannende Arbeiten warten auf mich!

Kalbshirn mit grüner Sauce

Ein weiteres Rezept für eine Zubereitung in der Mikrowelle.

Dieses Mal eine Innereie.

Im Originalrezept wird Kalbsbries zubereitet. Das hatte ich nicht mehr vorrätig und hätte ich erst bei meinem Online-Schlachter bestellen müssen.

Aber ich hatte Kalbshirn vorrätig.

Kalbsbries ist ja eine Drüse des Kalbes und in der Konsistenz sehr fein.

Kalbshirn ist dagegen noch viel feiner.

Für den Gemüsefond zum Garen des Hirns kann man dieses Mal ruhig auf eine gute Brühe aus einem Pulver oder Würfel zurückgreifen.

Als Beilage und für Würze und Geschmack sorgt eine grüne Sauce.

Man sollte für die Sauce frische Kräuter verwenden. Ich hatte leider nicht alle Kräuter frisch vorrätig und habe daher das eine oder andere Kraut auch getrocknet verwendet. Aber die Sauce schmeckt auch damit sehr gut.

Wenn die Sauce etwas zu trocken und nicht flüssig genug ist, kann man einige Esslöffel des Fonds dazugeben und verrühren.

Dazu einige Stücke frisches Zwiebelbaguette.

[amd-zlrecipe-recipe:1160]

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]

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 wässerig.

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]

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]

Erneut „Woche der Innereien“



Kommende Woche ist wieder einmal eine „Woche der Innereien“.

Ich habe bei meiner Lieblings-Online-Schlachterei Böbel wieder einmal eine Bestellung getätigt.

Es wird Gerichte mit Herz, Lunge, Leber, Niere, Pansen, Hirn und Hoden geben.

Ich freue mich schon sehr darauf. Ich freue mich auch darauf, die ersten Videos bei der Zubereitung von Innereien zu drehen und hoffentlich einem breiteren Publikum zugänglich zu machen – auch auf YouTube und Vimeo.

Und ich freue mich schon jetzt auf ein Pasta-Gericht mit in Butter gebratenem Pansen. Dafür lasse ich jedes Steak stehen.

Fotos ©: Schlachterei Böbel

Gebackenes Kalbshirn mit Bratkartoffeln



Schmackhaftes Kalbshirn

Vom Kalbshirn ist zwar nicht viel übrig geblieben, aber ich kann doch noch einige Scheiben gebackenes Kalbshirn zubereiten. Dazu gibt es als Beilage Bratkartoffeln.

Die Kalbshirn-Scheiben werden ganz klassisch mehliert, durch Ei gezogen und dann durch Semmelbrösel.

Für die Bratkartoffeln verwende ich Bio-Kartoffeln, bei denen man die Schale mitessen kann.

Mein Rat: Selbst hergestellte Semmelbrösel verwenden, die Panade wird authetischer und schmackhafter.

Zutaten für 2 Personen:

- 350 g Kalbshirn
- 4 EL Mehl
- 2 Eier
- 6–8 EL Semmelbrösel
- 6 Kartoffeln

- Salz
- Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 15 Min.

Bratkartoffeln in dünne Scheiben schneiden.

Kalbshirn in Scheiben schneiden. Salzen und pfeffern.

In jeweils einen kleinen Teller Mehl, dann Eier und schließlich Semmelbrösel geben. Eier verquirlen.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Kalbshirn-Scheiben nacheinander zuerst mehlieren, dann durch die Eier ziehen und schließlich in den Semmelbröseln wenden. In das siedende Öl geben und auf beiden Seiten jeweils 3-4 Minuten kross anbraten. Herausnehmen, auf einen Teller geben und warm stellen.

Bratkartoffel in die Pfanne geben und auf beiden Seiten jeweils 4-5 Minuten kross braten. Salzen und pfeffern. Herausnehmen und zu den Kalbshirn-Scheiben geben. Servieren.

Kalbshirn mit Rührei und Cocktail-Tomaten



Leckeres Kalbshirn-Gericht

Auch dieses zweite Gericht mit Kalbshirn bereite ich nach einem Kochbuch zu, und zwar nach „Das Kochbuch der verpönten Küche“ von Wolfram Siebeck.

Das Kalbshirn wird wie beim vorherigen Rezept vorbereitet.

Dann wird das Kalbshirn nur noch mit Rührei in der Pfanne angebraten, Cockteil-Tomaten hinzugegeben und gesalzen und gepfeffert.

Das Kalbshirn passt sehr gut zum Rührei.

Zutaten für 2 Personen:

- 350 gKalbshirn
- 4 Eier
- 8 Cocktail-Tomaten
- Salz
- Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: 5 Min.

Cocktail-Tomaten vierteln.

Öl in einer Pfanne erhitzen. Eier aufschlagen, in die Pfanne geben und verrühren. Kalbshirn dazugeben, mit dem Kochlöffel verkleinern und mit dem Rührei verrühren. Cocktail-Tomaten dazugeben und nur kurz erhitzen. Salzen und pfeffern.

Kalbshirn mit Rührei und Cocktail-Tomaten kann man aus der Pfanne essen. Oder man gibt es auf zwei Teller. Servieren.

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.