Niere im Speckmantel mit Bratkartoffelwürfeln



Herrlich zarte Niere, mit Sauce und Bratkartoffelwürfeln

Ein sehr schmackhaftes Gericht. Die Niere muss nicht gewürzt werden, sie bekommt genügend Würze durch Speck, Parmesan und den Fond.

Bei 180 ºC Umluft köchelt der Fond noch nicht. Daher auch hier der Rat: Bei höherer Temperatur in den Backofen geben, dafür aber für eine kürzere Zeit.



Vor dem Garen im Backofen

Der getrocknete Rosmarin kann auch durch 2–3 frische Rosmarinzweige ersetzt werden.

Nach dem Garen zieht ein herrlich Duft durch die Küche.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Schweineniere (etwa 200 g)
- 3 Scheiben durchwachsener Bachspeck
- 1 TL Rosmarin
- Parmesan
- 250 ml Gemüsefond
- geriebener Gouda
- 2 große Kartoffel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

- Küchengarn

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 20 Min.

Wasser in einem Topf erhitzen und Kartoffeln darin etwa 15–20 Minuten kochen. Herausnehmen, abkühlen lassen und pellen. In kleine Würfel schneiden, auf einen Teller geben und beiseite stellen.

Währenddessen Niere unter kaltem Wasser abwaschen. Auf einem Arbeitsbrett mit einem scharfen Messer längs und waagrecht einschneiden, dass man es wie eine Tasche aufklappen kann. Rosmarin auf den unteren Teil der Niere geben, dann frisch geriebenen Parmesan. Zusammenklappen. Drei Bauchspeckscheiben längs nebeneinander auf das Arbeitsbrett legen und die Niere quer darauf legen. Mit den Speckscheiben einwickeln und drei Male mit Küchengarn zusammenbinden. Niere in eine mittlere Auflaufform geben, Gouda darüber verteilen und Fond in die Auflaufform geben.

Backofen auf 220 ºC Umluft erhitzen. Auflaufform auf mittlerer Ebene für 15 Minuten in den Backofen geben.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Kartoffelwürfel einige Minuten sehr kross anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen.



Auf dem Teller angerichtet

Auflaufform aus dem Backofen herausnehmen und Küchengarn entfernen. Niere auf einen Teller geben und Kartoffelwürfel dazugeben. Den Fond mit dem aus der Niere ausgetretenen Saft gut verrühren und nur über die Niere verteilen.

Flambierte Nieren mit Bulgur



So muss Niere …

Die erste Zubereitungsvariante der letzte Woche gekauften Nieren. Da ich für den Rührkuchen Whiskey gekauft hatte, bot es sich an, die Nieren zu flambieren und ein leckeres Söße̊chen zuzubereiten. Dazu verwende ich noch Gemüsefond für mehr Flüssigkeit. Und für Süße – passend zum Whiskeygeschmack – kommt ein wenig Preiselbeermarmelade.

Wichtig ist, die Niere nicht zu lange zu braten, sonst wird sie zäh und hart. Sie muss à point gegart sein, so dass sie innen noch leicht rosé ist.

Das Reduzieren der Sauce ergibt eine sehr schmackhafte, dunkle Sauce, die süß-würzig schmeckt.

Dazu bereite ich Bulgur zu, dem ich etwas angebratene Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel untermische. Wobei das Gemüse doch etwas Augenwischerei ist und nur kleine Farbtupfer liefert.

Und ja, ein Feiertagsessen ist das schon, ich bereite selten Niere zu. Und dann auch noch flambiert.

Und wer es lesen möchte, ich schreibe dies hier gern nochmals nieder: Für ein gutes Innereien-Gericht lasse ich auch gern ein schönes Steak stehen.

Zutaten:

- 2 Schweinenieren (300 g)
- 1 Schalotte
- 3 Knoblauchzehen
- 3 Lauchzwiebeln
- 4 cl Whiskey
- 1 TL Preiselbeermarmelade
- Gemüsefond
- 1 Tasse Bulgur
- ¼ Zitrone (Saft)
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Gewürzöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Schalotte und 2 Knoblauchzehen für die Nieren, Lauchzwiebeln und 1 Knoblauchzehe für den Bulgur verwenden.

Nieren vom Fett befreien, aber ohne sie zu sehr aufzuscheiden.

Bulgur in einen kleinen Topf geben, 2 Tassen Wasser dazugeben,

salzen und auf dem Herd zum Kochen bringen. Herdplatte ausschalten und Bulgur zugedeckt 15 Minuten ziehen lassen.

Währenddessen Öl in einer Pfanne erhitzen. Lauchzwiebeln und Knoblauch darin kurz andünsten, das Gemüse soll noch knackig sein. In eine Schale geben und warmstellen.

Nieren jeweils auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Nochmals Öl in der Pfanne erhitzen und Schalotte und Knoblauch darin andünsten. Gemüse an den Rand der Pfanne schieben, damit es nicht zu stark anbrät. Nieren in die Pfanne geben und bei hoher Temperatur je nach Dicke der Nieren jeweils auf beiden Seiten 2–3 Minuten anbraten.

Whiskey dazugeben und flambieren. Preiselbeermarmelade dazugeben, ebenso einen halben Schöpflöffel Fond. Verrühren, aufkochen lassen und Nieren noch weitere 1–2 Minuten garen. Herausnehmen, auf einen Teller geben und warmstellen. Zitronensaft in die Sauce geben und diese sehr stark reduzieren. Mit Salz würzen und abschmecken.



Kein Foto fürs Jubiläumsalbum, aber sehr lecker

Gemüse unter den Bulgur mischen und Bulgur zu den Nieren geben. Großzügig Sauce darüber verteilen und alles servieren.

Nierenragout mit Bandnudeln



Ragout mit sehr zarten Nieren und viel Sauce

Ich hoffe, ich kann mit diesem Rezept einige Leser hier erreichen, denn Innereiengerichte werden nicht immer gern gegessen. Ich brate die Nieren nicht kurz an, dass sie innen nur rosê sind, sondern bereite sie als Ragout zu und gare sie eine Stunde. Rote Paprika und Tomate sollen etwas Farbe liefern. Dazu Austernpilze und Champignons. Und als Kraut frischen Salbei.

Zutaten für 2 Personen:

- 300 g Schweinenieren (2 Nieren)
- 2 Schalotten

- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 50 g Austernpilze
- 50 g Champignons
- ½ rote Paprika
- 1 Tomate
- 600 ml Gemüsefond
- ½ Topf Salbei
- etwas Mozzarella
- süßes Paprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

- Bandnudeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Garzeit 1 Std.

Gemüse eventuell schälen, putzen und in nur grobe Stücke schneiden. Nieren mit einem sehr scharfen Messer längs halbieren, dann längs vierteln. Innen Sehnen und Fett entfernen. In grobe Stücke schneiden. Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Schalotten, Knoblauch und Lauchzwiebel darin andünsten. Niere hinzugeben und mit anbraten. Pilze hinzugeben. Dann Paprika und Tomate. Salbeiblätter abzupfen und im Ganzen dazugeben. Fond hinzugeben. Mit Paprikapulver, Salz und Pfeffer würzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen. Danach unzugedeckt noch 30 Minuten bei geringer Temperatur reduzieren für mehr Geschmack. Abschmecken.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Bandnudeln nach Anleitung zubereiten. Nudeln in zwei tiefe Pastateller geben. Ragout mit viel Sauce darüber geben. Mozzarella in Stücke rupfen und darüber verteilen.