

# Pansen-Haschee in schwarzer Bohnen-Sauce mit Linguine



Würziges Haschee mit Pasta

Zunächst ein allgemeiner Rat für diejenigen, die bei „Innereie“ die Nase rümpfen oder diejenigen, die gern einmal ein Gericht zubereiten würden, aber nicht wissen, wie es geht: Versucht Pansen – als Gulasch, Ragout oder Haschee. Er gelingt immer, und er schmeckt köstlich.

Hier hatte ich noch Pansen übrig, den ich in Gemüsefond gegart hatte. Ich habe ihn durch den Fleischwolf gedreht und Hackfleisch hergestellt.

Ich bereite das Pansen-Hackfleisch mit einer schwarzen Bohnen-Sauce zu. Zusätzlich verwende ich milde Ketjap-Manis- und schwarze Bohnen-Knoblauch-Sauce.

Eine orange Peperoni sorgt für etwas Schärfe.

Wie jedes gute Haschee gare ich dieses 1 Stunde lang, damit

sich die Aromen gut verbinden – auch wenn das Haschee mit asiatischen Saucen zubereitet ist.

Dazu wähle ich als Beilage Pasta.

**Zutaten für 1 Person:**

- 350 g Pansen
- 125 g Linguine
- 2 l Gemüsefond
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- etwas Ingwer
- 1 orange Peperoni
- 200 ml trockenen Weißwein
- 2 EL schwarze Bohnen-Sauce
- 1 EL Kejap-Manis-Sauce
- 1 EL schwarze Bohnen-Knoblauch-Sauce
- Petersilie
- Butter

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 3 Std. 10 Min.

Fond in einem Topf erhitzen und Pansen darin bei geringer Temperatur 3 Stunden garen.

Pansen herausnehmen, auf einen Teller geben und abkühlen lassen. Durch den Fleischwolf in eine Schüssel geben.

Schalotte, Knoblauchzehen und Ingwer schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel und Peperoni putzen und in Ringe schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Butter in einem Topf erhitzen und Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Pansen dazugeben und ebenfalls mit anbraten. Ingwer und Peperoni dazugeben. Mit Weißwein ablöschen. Alle drei Saucen dazugeben. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur eine Stunde köcheln lassen.

Haschee abschmecken.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Linguine in einen tiefen Pastateller geben und Haschee darüber verteilen. Mit Petersilie garnieren. Servieren.

---

## Haschee mit Penne Rigate



Feines Haschee mit Pasta

Haschee ist ein Gericht aus gekochtem oder gebratenem Fleisch, ähnlich wie ein Gulasch oder Ragout. Die Besonderheit eines Haschees ist jedoch, dass die Zutaten sehr fein zerkleinert werden.

Ich verwende Hackfleisch für das Haschee. Ich habe fertig hergestelltes Hackfleisch gekauft und muss somit nicht noch

große Fleischstücke durch den Fleischwolf drehen und somit haschieren.

Ich gebe noch eine Schalotte, Knoblauchzehen und etwa roten Paprika, Zucchini und Wurzel zum Hackfleisch hinzu, das ich aber alles sehr fein zerkleinere.

Mein Rat: Wie ein gutes Gulasch oder Ragout auch, das Haschee zugedeckt bei geringer Temperatur mindestens eine Stunde köcheln lassen, damit sich schöne Aromen bilden.

Dazu gibt es Pasta.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 200 g Hackfleisch
- 200 g Penne Rigate
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- $\frac{1}{4}$  rote Paprika
- $\frac{1}{4}$  kleine Zucchini
- $\frac{1}{2}$  kleine Wurzel
- 1 EL Tomatenmark
- 50 ml trockener Rotwein
- 150 ml Bratenfond
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Parmesan
- Butter

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Paprika, Zucchini und Wurzel putzen und ebenfalls in sehr kleine Würfelchen schneiden.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Schalotte und Knoblauchzehen darin andünsten. Hackfleisch dazugeben und mit anbraten. Tomatenmark dazugeben und ebenfalls kräftig mit

anbraten. Es sollen sich sehr kräftige Röstspuren vom Tomatenmark am Topfboden bilden, das Tomatenmark soll aber nicht anbrennen. Gemüse dazugeben und alles vermischen. Mit Rotwein ablöschen. Röstspuren mit dem Kochlöffel vom Topfboden gut ablösen. Fond dazugeben. Verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur eine Stunde köcheln lassen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Haschee kräftig mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.

Pasta in einen tiefen Nudelteller geben und Haschee darüber verteilen. Mit etwas frisch geriebenem Parmesan garnieren.

---

## **Penne Rigate mit Camembertsauce**



## Viel Käsesauce

Ich bereite eine Käsesauce zu. Mit einem handelsüblichen Camembert. Ich gebe den Camembert, in Stücke kleingeschnitten, mit der Rinde hinzu. Diese püriere ich später mit dem Pürierstab fein.

Für Flüssigkeit sorgt trockener Weißwein. Es bietet sich auch Sahne an, wer variieren möchte. Dazu Weißweinessig für Säure.

Für Fruchtigkeit und Schärfe sorgt Szechuanpfeffer. Für Aroma Schalenabrieb einer halben Zitrone und frischer Rosmarin.

Das Ergebnis ist eine cremige Käsesauce, die fruchtige, säuerliche und scharfe Noten hat.

Dazu gibt es Penne Rigate als Pasta.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 TL Szechuanpfefferkörner
- $\frac{1}{2}$  Bio-Zitrone (Schale)
- trockener Weißwein
- 2 EL Weißweinessig
- 200 g reifer Camembert
- 1 Zweig Rosmarin
- Zucker
- Salz
- Butter
- Penne Rigate

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Blättchen vom Rosmarin abzupfen und kleinwiegeln. Camembert in Stücke schneiden.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Schalotte und Knoblauch darin andünsten.

Szechunapfeffer im Mörser fein mörsern, dazugeben und etwas mit anbraten.

Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Weißweinessig dazugeben.

Schale der halben Zitrone auf einer feinen Küchenreibe abreiben. In die Sauce geben.

Camembert dazugeben. Auflösen und schmelzen lassen. Rosmarin dazugeben. Mit einer Prise Zucker und kräftig mit Salz würzen. Einige Minuten bei mittlerer Temperatur zugedeckt köcheln lassen.

Sauce mit dem Pürierstab fein pürieren. Abschmecken.



Fertig angerichtet zum Servieren

Pasta in einen tiefen Nudelteller geben, die Sauce darüber

verteilen und servieren.



---

## **Penne Rigate mit Paprika-Chili-Rahmsauce**



Nicht sehr fotogen, aber sehr schmackhaft

Wieder ein einfaches, schnell zuzubereitendes Gericht, das aber sehr schmackhaft ist. Ich verwende für die Sauce eine Frischkäse-Zubereitung mit Paprika und Chili. Für etwas mehr Flüssigkeit kommt etwas trockener Weißwein hinzu. Und zwei rote Chilischoten sorgen für etwas zusätzliche Schärfe. Gewürzt wird die Sauce mit Salz, weißem Pfeffer und viel süßem Paprikapulver.

Dazu gibt es gemischte Penne Rigate. Einmal normale Pasta, die andere Hälfte Vollkorn-Pasta. Da sie beide etwa die gleiche Gardauer haben, habe ich sie auch zusammen gekocht.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 rote Chilischoten
- trockener Weißwein
- 150 g Frischkäse (Paprika, Chili)
- süßes Paprikapulver
- Salz
- weißer Pfeffer
- Butter
  
- normale Penne Rigate
- Vollkorn-Penne-Rigate

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 10 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chilischoten in Ringe schneiden.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Butter in einem kleinen Topf erhitzen. Zwiebel, Knoblauch und Chili darin kurz andünsten. Mit einem großen Schuss Weißwein ablöschen. Frischkäse hinzugeben. Alles verrühren. Mit viel Paprikapulver und Salz und Pfeffer würzen. Etwas köcheln lassen.

Pasta in einen tiefen Nudelteller geben und Sauce darüber verteilen.

---

# **Gulasch mit Champignons in dunkler Sauce mit Penne Rigate**



**Gulasch, Pasta und Sauce**

Ich hatte zwei Eisbeine gekauft, das eine habe ich für ein Gulasch verwendet, das zweite werde ich anderweitig zubereiten. Da Eisbein Schmorfleisch ist, eignet es sich gut für ein Gulasch, für das man es etwa 1 Stunde schmort. Es ergibt ein sehr schmackhaftes Gulasch.

Da ich eine dunkle Sauce zubereiten wollte, aber keine Rotweinsauce zubereiten oder nicht auf Tomatenmark zurückgreifen wollte, habe ich eine dunkle Mehlschwitze zubereitet.

Dazu gibt es einfach Penne Rigate als Pasta.

**Zutaten für 2 Personen:**

- 1 Eisbein (etwa 250 g)
- 1 rote Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 3 braune Champignons
- 300 ml Fleischfond
- 200 ml Wasser
- 1 EL Mehl
- 5 frische Lorbeerblätter
- 1 Zweig Rosmarin
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter
- Penne Rigate

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 1 Std.  
10 Min.

Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Champignons halbieren und in Scheiben schneiden. Butter in einem Topf erhitzen und das Eisbein auf allen Seiten kräftig anbraten. Herausnehmen und Zwiebel, Knoblauch und Champignons in der Butter andünsten. Ebenfalls herausnehmen.

Etwas Butter in den Topf geben, Mehl dazugeben und unter ständigem Rühren dunkel anbraten. Fond dazugeben. Dann Wasser. Eisbein, Zwiebel, Knoblauch und Champignons wieder dazugeben. Lorbeerblätter und Rosmarin dazugeben. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Lorbeerblätter und Rosmarin aus der Sauce nehmen. Eisbein herausnehmen und auf ein Arbeitsbrett geben. Knochen und Haut entfernen, Eisbein zerteilen und wieder zurück in die Sauce geben. Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Pasta in einen tiefen Nudelteller geben und großzügig Gulasch

mit Sauce darüber verteilen.

---

# Penne Rigate in Sardellen-Knoblauch-Öl



Leckere Pasta mit Sauce

Ein schnelles Pasta-Essen, das aber sehr wohlschmeckend ist. Es benötigt nur sehr wenige Zutaten.

Es erinnert ein wenig an Spaghetti aglio et olio, nur dass ich überlegte, dass eingelegte Sardellen auch gut dazu passen würden.

Wichtig ist sehr gutes Olivenöl, ich habe selbst aromatisiertes, gutes Olivenöl mit Knoblauch, Chili und Rosmarin verwendet.

Und auf alle Fälle vor dem Servieren frisch gemahlenes, grobes Salz und frisch gemahlenen, schwarzen Pfeffer darüber geben.

**Zutaten für 1 Person:**

- 250 g Penne Rigate
- 5 Knoblauchzehen
- 10 Sardellenfilets (Glas)
- gutes Olivenöl
- grobes Salz
- schwarzer Pfeffer

**Zubereitungszeit:** 10 Min.

Pasta nach Anleitung zubereiten. Währenddessen Knoblauchzehen schälen und grob zerkleinern. Sardellenfilets ebenfalls grob zerkleinern. Viel gutes Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Knoblauch und Sardellen darin nur kurz anbraten.

Da die Sauce auf die Pasta wartet und nicht die Pasta auf die Sauce, kommt die Pasta in das Öl in die Pfanne. Eventuell noch etwas Kochwasser dazugeben. Alles gut vermischen.

Pasta mit Sauce in einen tiefen Nudelteller geben. Mit frisch gemahlenem, groben Salz und frisch gemahlenem, schwarzem Pfeffer würzen.

---

# **Hackfleisch-Sugo mit Vollkorn-Penne-Rigate**



Dunkle Vollkorn-Pasta mit viel Sauce

Ein sehr schnelles Gericht. Keine Vorbereitungszeit. Kochzeit 10–15 Minuten. Pasta nach Anleitung zubereiten. Währenddessen Hackfleisch in Olivenöl anbraten, Sugo dazugeben und vermischen. Abschmecken. Pasta einfach in einen tiefen Pastateller geben, Hackfleisch-Sugo darüber kippen. Kein langes Anrichten oder In-Szene-setzen. Schnelle Fotos. Essen und Genießen.

#### Zutaten für 1 Person:

- 125 g Hackfleisch
- 250 ml [Sugo](#)
- 125 g Vollkorn-Penne-Rigate
- Olivenöl

---

# Schnelle Pasta



Penne Rigate

Es war noch viel übrig von der gestrigen Rotwein-Braten-Sauce wie [hier](#). Dazu kochte ich einfach etwas halbsaucensüffige Penne Rigate :D. Die ich auch gleich, was ich sonst nicht mache, im Pastateller in der Sauce ertränkte – sieht man auf den Fotos nicht. Darüber gab es etwas zerrupften Mozzarella. Und für besonderen Geschmack und zum Garnieren frischen, kleingewiegten Majoran. Fertig ist der schnelle Pastateller.

- 175 g Penne Rigate
- 2 Schopflöffel Rotwein-Braten-Sauce
- 30 g Mozzarella
- 4–5 Zweige frischer Majoran

---

# Hähnchenlebern in Wasabi-Käse-Sauce mit Penne rigate



Lebern in sämiger Sauce auf Pasta

Bei diesem Gericht bin ich auf etwas gewagtes gestoßen. Ich überlegte, wie ich Hähnchenlebern, die im Tiefkühlschrank lagen, zubereiten könnte. Dabei stand ich vor dem Gewürzregal und mein Blick fiel auf das Döschen mit Wasabi-Pulver. Eine Wasabisaucé hatte ich schon einmal zubereitet, wenn ich es recht erinnere, mit Pferdesteaks. Die Sauce war lecker gewesen. Da dachte ich mir, warum nicht mit Leber. Das sollte passen.

Um es gleich vorweg zu nehmen: Es gelang mir nicht, eine giftgrüne, scharfe Wasabisaucé zuzubereiten. Nachdem ich das Wasabipulver zum Weißwein in der Pfanne gegeben hatte, schmeckte die Sauce nicht würzig oder scharf und wurde nicht

grün. War es zu wenig Wasabipulver für zu viel Flüssigkeit? Ich probierte ein wenig des trockenen Pulvers aus dem Döschen, es schmeckte nur wie leicht aromatisiertes Mehl. Da man Wasabi mit wenig Wasser verröhrt und dann quellen lässt, probierte ich dies separat aus, aber auch die dadurch erzeugte Paste schmeckte nur wenig würziger und schärfer. Das Wasabipulver hatte seinen Biss verloren. Eventuell hatte ich es doch schon zu lange aufbewahrt.

Die Sauce habe ich dann aber doch wie geplant weiter zubereitet, beginnend mit in Butter angedünsteten Schalotten und Knoblauch und dann mit trockenem Weißwein abgelöscht. Das Wasabipulver kommt in den Weißwein, wird verröhrt und etwas geköchelt. Zur Abrundung und als weiterer extravaganter Touch gebe ich noch etwas fließenden Weichkäse – ohne Rinde – hinzu, der die Sauce gut binden und harmonisch würzt. Meine Empfehlung: einen Weichkäse verwenden, der einen hohen Fettgehalt hat. Der von mir verwendete hatte nur 12,5 % und wollte sich partout nicht in der Sauce auflösen. Erste Versuche, ihn mit dem Schneebesen in die Sauce zu rühren, brachten keinen Erfolg.

Sie hatten nur den netten und hilfreichen Nebeneffekt, dass ich meine alte, ziemlich verschmutzte Kochschürze, die bisher nur am Haken neben dem Herd unter den Geschirrhandtüchern ein bescheidenes Dasein fristete, endlich mal wieder hervorholte und zum Kochen anzog. Denn mit Kochschürze kann man am Herd prima mit dem Schneebesen hantieren, Spritzer und Kleckse verursachen, ist prima geschützt und die frische, dunkle Hose unter der Kochschürze bleibt sauber. Und zwischendurch kann man beim Kochen auch ganz leger seine dreckigen Hände an der Schürze abwischen. Deswegen wanderte sie heute als erstes für weiteren Gebrauch in die Waschmaschine.

Ich habe die Sauce dann in eine hohe Rührschüssel gegeben und mit allen Zutaten, die darin waren, mit dem Pürierstab püriert. So bekommt man eine sämige, gebundene Sauce, in der alle Zutaten fein püriert zusammenfinden.

Die Lebern werden geputzt, grob zerkleinert, mehliert und vorab in Butter nur kurz angebraten. Sie sollen innen noch rosé sein, denn sie werden in der Wasabi-Käse-Sauce nochmals erhitzt. Dazu gibt es Penne Rigate, auch eine Sorte Pasta, die ich gerne esse, und die – das ist wichtig für einen freundlichen Mitleser hier – „halb-saucensüffig“ ist.

### **Zutaten für 1 Person:**

- 150 g Hähnchenlebern
- 2 Schalotten
- 2 Knoblauchzehen
- 200 ml trockener Weißwein
- 2 TL Wasabipulver
- 100 g Weichkäse (ohne Rinde)
- 1 EL Mehl
- Butter
- 125 g Penne Rigate
- einige Pinienkerne

**Zubereitungszeit:** Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Hähnchenlebern von Fett befreien und grob zerteilen. Mehl auf einen kleinen Teller geben und die Lebern mehlieren. Butter in einer kleinen Pfanne erhitzen und die Lebern nur kurz darin anbraten, sie sollen innen noch rosé sein. Beiseite stellen.

Pasta nach Anleitung zubereiten. Währenddessen Schalotten und Knoblauch schälen und kleinschneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin andünsten. Mit Weißwein ablöschen, Wasabipulver hinzugeben und verrühren. Die Rinde vom Weichkäse entfernen, den Käse in die Sauce geben und schmelzen lassen. Alles gut verrühren, eventuell mit Salz und Pfeffer abschmecken und einige Minuten köcheln lassen. Lebern in die Sauce geben und darin erhitzen.

Pasta in einen tiefen Pastateller geben und die Lebern mit der Sauce darüber verteilen. Mit einigen gehackten Pinienkernen

garnieren.