

Hähnchenmägen-Gulasch in BBQ-Salbei-Zitronengras-Sauce mit Fusilli



Schlotzig, süffig und würzig

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenmägen (1 Packung)
- 1/2 Gemüsezwiebel
- 1 Lauchzwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Stängel frischer Salbei
- 1 Stängel Zitronengras
- Chardonnay
- 2 EL BBQ-Sauce (Flasche)
- Worcestershire-Sauce
- Salz

- Pfeffer
- Zucker
- Öl

- 350 g Fusilli

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Schmorzeit 3 Stdn.



Lange geschmort

Zubereitung:

Hähnchenmägen kleinschneiden und in eine Schale geben.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Salbeiblätter abzupfen und ebenfalls kleinschneiden.

Zitronengras quer dritteln und mit einem breiten Messer flach klopfen.

Öl in einem Topf erhitzen und Gemüse darin andünsten. Hähnchenmägen dazugeben und mit anbraten. Salbei dazugeben. Zitronengras ebenfalls hinzugeben. Mit einem guten Schluck Weißwein ablöschen. BBQ-Sauce dazugeben. Mit einigen Spritzern Worcestershire-Sauce würzen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur 3 Stunde schmoren. Dann Zitronengras entfernen und Sauce abschmecken. Bei Bedarf gern auch etwas einreduzieren.

Kurz vor Ende der Schmorzeit Pasta nach Anleitung zubereiten.

Pasta auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Gulasch mit viel Sauce großzügig darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Hähnchenlebern mit Mangold in schwarzer Knoblauch-Bohnen-Sauce auf Gobbetti



Leckerer Innereiergericht

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenlebern (1 Packung)
- 1/2 Mangold
- Fisch-Sauce
- 2 EL schwarze Knoblauch-Bohnen-Sauce
- Wasser
- Salz
- 350 g Gobbetti
- Sesamöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 8 Min.



Mit asiatischer Sauce

Zubereitung:

Lebern kleinschneiden und in eine Schale geben.

Mangoldblätter quer in feine Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Pasta in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 8 Minuten garen.

Parallel dazu Öl in einer Wokpfanne erhitzen und Mangold darin andünsten. Lebern dazugeben und mit anbraten. Mit dem Kornbrand ablöschen und flambieren. Mit etwas Fisch-Sauce würzen. Knoblauch-Bohnen-Sauce dazugeben. Sauce mit etwas Wasser verlängern. Kurz köcheln lassen. Sauce abschmecken.

Pasta auf zwei tiefe Pastateller geben. Lebern mit Mangold und viel Sauce darüber verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Hähnchenlebern-Geschnetzeltes in Senf-Sauce mit Baby- Brokkoli



Sehr leckeres Geschnetzeltes

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenlebern (1 Packung)
- 2 Zwiebeln
- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 2 EL Senf
- Salz
- Zucker

- 400 g Baby-Brokkoli (2 Packungen à 200 g)
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 10 Min.



Mit in Butter geschwenktem Baby-Brokkoli

Zubereitung:

Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Lebern grob zerkleinern. In eine Schale geben.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Zwiebeln, Lauchzwiebeln und Knoblauch darin glasig dünsten. Lebern dazugeben und mit anbraten. Mit Sahne ablöschen. Senf dazugeben. Mit Salz und einer Prise Zucker würzen. Sauce eventuell mit etwas Wasser verlängern. Etwas köcheln lassen. Sauce abschmecken.

Parallel dazu Wasser in einem Topf erhitzen und Baby-Brokkoli

darin 4 Minuten garen. Herausnehmen und in eine Schüssel geben.

Eine große Portion Butter in einer Pfanne erhitzen und Baby-Brokkoli darin schwenken. Mit Meersalz würzen.

Baby-Brokkoli auf zwei Teller verteilen. Geschnetzeltes mit viel Sauce dazugeben.

Servieren. Guten Appetit!

Rohe Kalbsleber mit Rucolasalat



Mit Rucolasalat

Kalbsleber bekommt man selten. Wenn der Supermarkt oder

Schlachter sie vorrätig hat, sollte man zugreifen. Es gibt fast nichts anderes, das ebenso lecker und zart ist wie Kalbsleber. Vielleicht wird sie nur von einem gut zubereiteten Kalbsbries übertroffen. Aber da wären wir auch schon wieder beim Kalbfleisch.

Essen Sie die Kalbsleber, indem Sie sie nicht im Ganzen mit Salz und Pfeffer würzen. Sondern würzen Sie damit nur dasjenige Stückchen der Leber, das Sie gerade essen wollen. Sie überwürzen sie sonst.

Dieses Innereien-Rezept und 121 weitere, leckere Rezepte in 18 Kapiteln finden Sie übrigens in meinem neuen [Innereien-Kochbuch](#), das im Dezember 2024 erschienen ist. Natürlich bestehen fast alle Rezepte in dem Kochbuch aus Anleitungen zum Kochen, Schmoren, Braten, Grillen oder Frittieren von Innereien.

Verwenden Sie für den Rucolasalat als Dressing einfach einen Mazzetti Cremoso Original, das reicht völlig aus. Hierbei handelt es sich um eine helle, süß-saure Würzcreme. Sie ähnelt einem traditionellen Aceto Balsamico di Modena und überzeugt durch ihren besonders fruchtigen Geschmack. Manche Profiköche halten von diesen Würzcremes nicht viel und setzen sie in ihren Küchen nicht ein. Aber im nicht-professionellen Bereich sollte man solch eine Würzcreme, wenn man sie einmal vorrätig hat, auch verbrauchen.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Kalbsleber (2 Packungen à 200 g)
- Salz
- frischer, schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 250 g Rucola
- 100 ml Mazzetti Cremoso Original

Zubereitungszeit: 5 Min.



Extrem leckere und zarte Leber

Zubereitung:

Rucolasalat in einem großen Sieb unter fließendem, kaltem Wasser waschen. Abtropfen lassen. Kräftig mit dem Mazzetti Cremoso Original würzen und alles vermischen. Auf zwei großen Tellern anrichten.

Jeweils zwei Scheiben der Kalbsleber auf die Teller dazugeben.

Am Tisch Salzstreuer oder -mühle und Pfeffermühle reichen.

Servieren. Guten Appetit!

Pansen-Geschnetzeltes mit Gemüse in Senf-Sauce auf roten Linsen



Mit schlotziger Senf-Sauce

Zutaten:

- 400 vorbereiteter Pansen
- ein Stück Aubergine
- ein Stück Zucchini
- ein Stück Butternuss-Kürbis
- einige Blätter Mini Pak Choi
- 1 rote Peperoni
- 2 EL mittelscharfer Senf
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- Chardonnay
- 1 Tasse rote Linsen

- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 10 Min.



Mit leckeren roten Linsen

Zubereitung:

Pansen in schmale, kurze Streifen schneiden und in eine Schüssel geben.

Gemüse putzen, ebenfalls in schmale, kurze Streifen schneiden und in eine Schüssel geben.

Linsen in der dreifachen Menge kochendem Wasser in einem Topf zugedeckt bei geringer Temperatur 7–8 Minuten je nach gewünschtem Gargrad garen.

Parallel dazu Öl in einer Wokpfanne erhitzen. Pansen darin

einige Minuten knusprig anbraten. Gemüse dazugeben und mit anbraten. Mit Sahne ablöschen. Einen guten Schluck Chardonnay dazugeben. Senf hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles vermischen und Sauce abschmecken. Etwas köcheln lassen.

Linsen in ein Küchensieb geben und Kochwasser abtropfen lassen. Linsen leicht salzen. Ringförmig auf zwei Tellern verteilen.

Pansen-Gemüse-Mischung mit Sauce darüber geben. Mit etwas Petersilie garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Schweineleber mit roten Zwiebeln in dunkler Sauce auf Tagliatelle



Mit leckerer, kurz und rosé gebratener Schweineleber

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Schweineleber
- 2 große, rote Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Cognac
- 200 ml Fleischfond
- Kreuzkümmel
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 350 g frische Tagliatelle
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 6 Min.



Und frischer Tagliatelle

Zubereitung:

Schweineleber in kurze, schmale Streifen schneiden und in eine Schale geben.

Zwiebeln schälen und in Streifen schneiden. In eine Schale geben.

Knoblauch putzen, mit einem breiten Messer flach drücken, kleinschneiden und zu den Zwiebeln geben.

Gemüse in einer Portion Butter in einem Topf anbraten. Cognac und Fleischfond dazugeben. Flambieren. Mit Kreuzkümmel, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Parallel dazu Wasser in einem Topf erhitzen und frische Pasta darin wenige Minuten garen.

Schweineleber zum Gemüse geben und nur noch einige Minuten garen. Sauce abschmecken.

Pasta auf zwei tiefe Pastateller verteilen. Leber mit Gemüse und viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Pansengulasch in Curry-Sahne-Weißwein-Sauce auf Langkornreis



Schlottziges Gulasch

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g vorbereiteter Pansen
- 2 Zwiebeln

- 2 Lauchzwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- Chardonnay
- 6 TL Currypulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Butter
- 1 Tasse Langkornreis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 1 Std.



Mit würziger Currysauce

Zubereitung:

Pansen in kurze, schmale Streifen schneiden.

Gemüse putzen, gegebenenfalls schälen und kleinschneiden.

Butter in einem Topf erhitzen und Pansen und Gemüse darin

anbraten. Mit Chardonnay und Sahne ablöschen. Mit Currypulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Alles verrühren. Zugedeckt bei geringer Temperatur 1 Stunde köcheln lassen.

15 Minuten vor Ende der Garzeit Reis nach Anleitung zubereiten.

Sauce abschmecken.

Reis auf zwei tiefe Teller verteilen. Pansen mit Sauce großzügig darüber verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Nudel-Bowl mit Hähnchenlebern, Brokkoli und Stangensellerie in Chou-Hou- Sauce



Mit Hähnchenlebern

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenlebern (1 Packung)
- 1/2 Brokkoli
- 4 Stängel Stangensellerie
- 2 Portionen Chinanudeln
- 2 EL Chou-Hou-Sauce (Chinesische Fünf-Kräuter-Sauce)
- Fischesauce
- Wasser
- Sesamöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 10 Min.



Und Brokkoli und Stangensellerie

Zubereitung:

Hähnchenlebern zerkleinern und in eine Schale geben.

Brokkoli in kleine Röschen zerteilen und ebenfalls in eine Schale geben.

Stangenselleriestängel putzen und quer in schmale Stücke schneiden. In eine Schale geben.

Chinanudeln nach Anleitung zubereiten.

Öl in einer Wokpfanne erhitzen. Lebern und Gemüse darin einige Minuten anbraten und pfannenrühren. Mit etwas Fischsauce ablöschen. Chou-Hou-Sauce dazugeben. Die Sauce mit Wasser verlängern. Etwas köcheln lassen. Abschmecken.

Nudeln auf zwei Nudel-Bowls verteilen. Lebern mit Gemüse und Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Schweineleber mit Champignons in Toban-Chili-Sauce mit Langkornreis



Leckere Schweineleber

Ein Innereien-Rezept. Mit wenigen, guten Zutaten. Und dazu ist das Gericht sehr schnell zubereitet.

Zum einen mit Schweineleber. Zum anderen mit braunen Champignons.

Die Sauce wird aus einer Toban-Chili-Sauce zubereitet. Das ist eine asiatische, scharfe Chili-Sauce. Aus der Provinz Sichuan, die für scharfe Speisen bekannt ist. Sie wird nur mit etwas Wasser verlängert.

Dazu gibt es als Beilage Langkornreis.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Schweineleber
- 6 große, braune Champignons
- 2 EL Sichuan Style Toban Chili Sauce
- 1 Tasse Wasser
- 1 Tasse Langkornreis
- Salz
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.



Mit würziger Sauce

Zubereitung:

Stiele der Champignons abschneiden und quer halbieren. Champignons halbieren, dann in grobe Stücke schneiden. In eine Schale geben.

Schweineleber ebenfalls in grobe Stücke schneiden. In eine Schale geben.

Reis in kochendem, leicht gesalzenen Wasser 19 Minuten garen.

Gegen Ende der Garzeit Öl in einer Wokpfanne erhitzen. Leber und Champignons darin kross anbraten. Toban-Chili-Sauce dazugeben. Mit Wasser ablöschen. Alles gut vermischen und kurz köcheln lassen.

Reis auf zwei tiefe Teller verteilen. Leber mit Champignons und viel Sauce darüber geben.

Servieren. Guten Appetit!

Schweineleber mit geschmorten Cherry-Tomaten in Vanille- Szechuanpfeffer-Sauce auf Langkornreis



Mit rosé gegarter Schweineleber

Eine schöne Kreation mit Schweineleber.

Dazu eine etwas ausgefallene Sauce. Mit echtem Vanillezucker, Szechuanpfeffer, Limettensaft und -schalenabrieb und Balsamicoessig.

Man schmeckt den Vanillezucker gut heraus, er gibt der Sauce den gewissen Pfiff. Der Szechuanpfeffer, der ja eigentlich kein richtiger Pfeffer ist, verleiht der Sauce eine gewisse Fruchtigkeit. Säure kommt durch die Limette und den Balsamicoessig hinzu.

Die Cherrytomaten schmelzen in der Sauce leicht und binden diese dadurch ein wenig ab.

Die kleingeschnittene Leber zum Schluss nur kurz – also wenige Minuten – mitgaren, denn ansonsten wird sie durch langes Garen zu hart und fest.

Als Beilage gibt es einfachen, aber leckeren Langkornreis

dazu.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Schweineleber
- 2 Schalotten
- 4 Lauchzwiebeln
- 400 g Cherry-Tomaten
- 2 TL Szechuanpfeffer
- 1 Bio-Limette (Saft und Abrieb)
- 4 EL Vanillezucker
- 4 EL Balsamicoessig
- Salz
- Olivenöl
- 1 Tasse Langkornreis

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min.



Sehr lecker und schlotzig

Zubereitung:

Schalotten und Lauchzwiebeln putzen, schälen und kleinschneiden. Lebern grob zerkleinern. Tomaten vierteln. Jeweils in in eine Schale geben.

Schale der Limette auf einer feinen Küchenreibe in eine Schale abreiben. Limette auspressen und Saft ebenfalls dazugeben.

Szechuanpfeffer in einem Mörser fein mörsern.

Reis in einen Topf geben, die dreifache Menge Wasser dazugeben, leicht salzen und bei geringer Temperatur 15 Minuten köcheln lassen.

Parallel dazu Öl in einem Topf erhitzen. Zucker dazugeben. Mit dem Essig ablöschen. Schalotten und Lauchzwiebeln dazugeben und einige Minuten andünsten. Tomaten dazugeben und einige weitere Minuten garen. Mit Szechuanpfeffer und dem Saft und Abrieb der Limette würzen. Salzen. Zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen.

Leber dazugeben und noch einige Minuten garen. Alles vermischen. Sauce abschmecken.

Reis auf zwei tiefe Teller verteilen. Lebern mit dem Gemüse und der Sauce darüber verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Pansenhaschee in würziger Sahnesauce auf Zöpfli



Leckerer Haschee

Pansen können Sie auch zubereiten wie Hackfleisch aus Fleisch vom Rind oder Schwein. Wenn Sie keinen automatischen oder manuellen Fleischwolf zuhause haben, können Sie den Pansen auch einfach nur sehr fein schneiden, in ganz kleine Würfelchen. Der Pansen verkocht bei Garen auch etwas und gibt Gelierstoffe ab, so dass sich die Sauce sämig abbindet.

Als weiteres kommen noch Zwiebeln und Knoblauch zum Haschee. Die Sauce wird aus Sahne gebildet.

Und die Würze kommt von gemahlenem Kreuzkümmel und Paprikapulver.

Für 2 Personen:

- 400 g (vorgegarter) Pansen
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- Kreuzkümmel

- Paprikapulver
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- 350 g Zöpfli
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 30 Min.



In würziger Sahnesauce
Pansen entweder wölfen oder in sehr kleine Würfelchen
schneiden. In eine Schüssel geben.

Zwiebeln und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden. In
eine Schale geben.

Butter in einem Topf erhitzen und Pansen, Zwiebeln und
Knoblauch darin anbraten. Mit Sahne ablöschen. Kräftig mit
Kreuzkümmel, Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker
würzen. Alles verrühren und zugedeckt bei geringer Temperatur
30 Minuten köcheln lassen.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Zöpfli in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 7 Minuten garen.

Sauce abschmecken.

Kochwasser der Zöpfli abschütten. Zöpfli auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Haschee mit viel Sauce darüber verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Gebratener Pansen mit scharfer Tomatensauce auf Spaghetti

Pansen ist immer wieder eine leckere Zutat für ein schönes, geschmackvolles Gericht. Sie müssen Pansen jedoch vorbereiten. Zunächst einmal sollten Sie hellen Pansen kaufen, keinen grünen Pansen. Ersterer ist vorgereinigt, letzterer nicht und muss somit noch aufwändig gesäubert werden.



Kross und knusprig gebratener Pansen

Dann muss ersterer, also der gereinigte Pansen noch etwa 4 Stunden in Brühe vorgegart werden. Aus Kostengründen brauchen Sie hierfür keine selbst hergestellte Gemüsebrühe verwenden, da tut auch die Brühe als Pulver aus dem Glas ihren Zweck.

Den so vorgegarten Pansen können Sie einfach portionsweise einfrieren.

Bei diesem Rezept wird der Pansen in kleine, kurze Streifen geschnitten und in Butter kross und knusprig gebraten. Er ist einfach sehr lecker, einerseits ist das Muskelfleisch des Pansens sehr zart und leicht, andererseits hat er viele Röststoffe durch das knusprige Anbraten in Butter.

Dazu kommt eine Tomatensauce mit Tomaten und deren Saft aus der Konservendose, verfeinert mit frischem Knoblauch und etwas selbst hergestellter scharfer Sauce mit Habañeros. Die Sauce hat nur eine leichte, angenehme Schärfe, die den Geschmack der Sauce und des Gerichts nicht übertönt, sondern sogar noch unterstreicht.

Dazu als Beilage Spaghetti No. 5, sie sind dünner als normale Spaghetti und in 5 Minuten al dente gekocht.

Ein sehr leckeres Gericht, besonders, wenn man Innereien und vor allem Pansen gern isst. Empfehlenswert!

Für 2 Personen:

- 2 Portionen (vorgegarter) Pansen
- 400 g Tomaten (1 Konservendose)
- 8 Knoblauchzehen
- 2 TL scharfe [Habañero-Sauce](#)
- Salz
- Butter
- 2 Portionen Spaghetti No. 5

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.



Tomatensauce mit angenehmer, leichter Schärfe
Knoblauchzehen putzen, schälen, kleinschneiden und in eine Schale geben.

Pansen in kurze, schmale Streifen schneiden. Butter in einer Pfanne erhitzen und Pansen darin etwa 10 Minuten kross und knusprig anbraten. Salzen.

Parallel dazu Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Knoblauch darin andünsten. Tomaten mit Saft dazugeben. Tomaten zerkleinern. Scharfe Sauce dazugeben. Alles gut vermischen und etwas köcheln lassen. Salzen und abschmecken.

Ebenfalls parallel dazu Spaghetti in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 5 Minuten garen. Spaghetti durch ein Nudelsieb geben und Kochwasser abschütten. Spaghetti zur Tomatensauce geben und alles gut vermischen. Auf zwei tiefe Pastateller verteilen.

Pansen verteilen und oben auf geben.

Servieren. Guten Appetit!

Hähnchenmägen - Ragout in würziger Cognac - Sahne - Sauce mit Couscous



Zart geschmortes Ragout

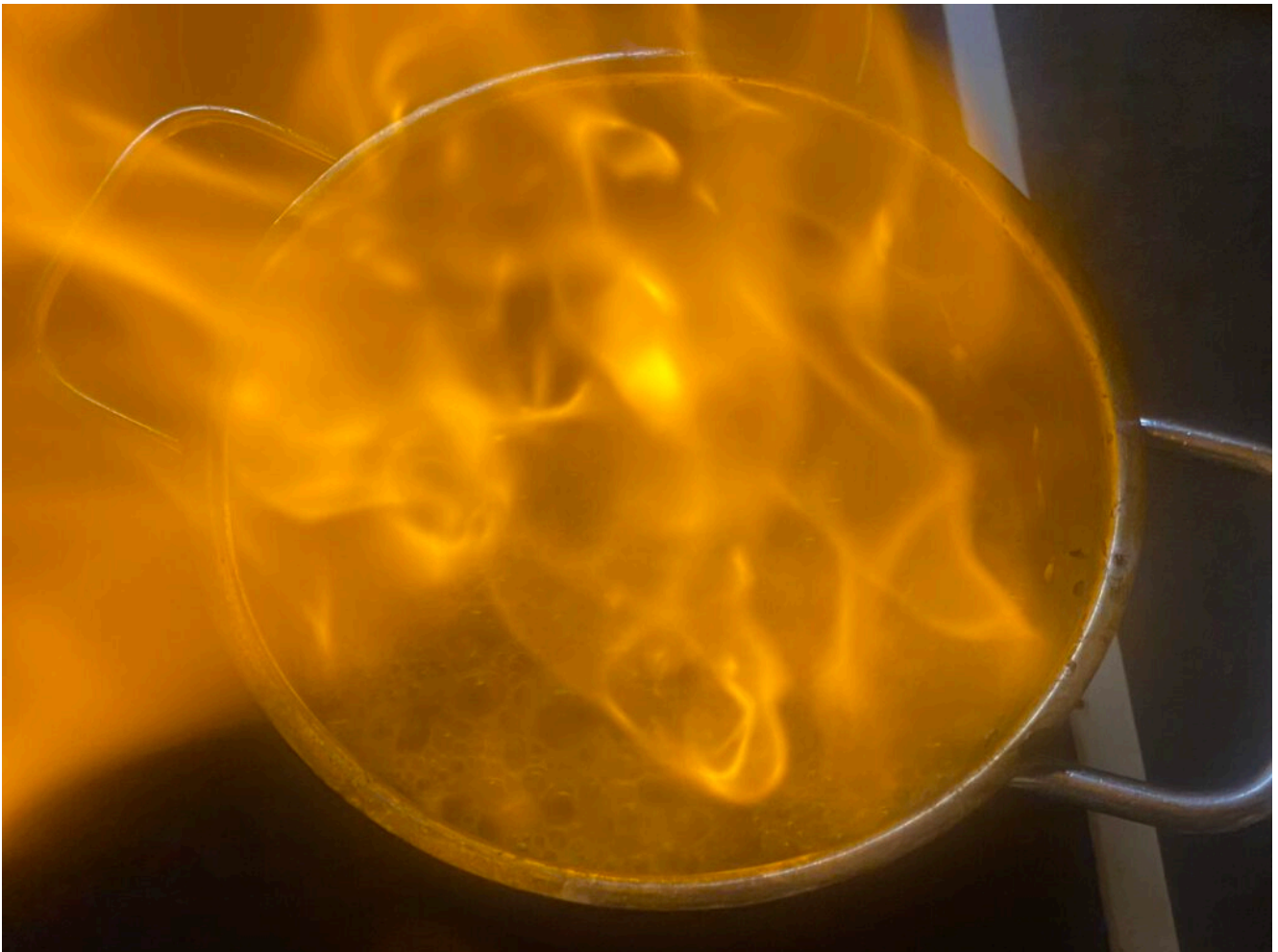
Wenn Sie Innereien mögen, sind Hähnchenmägen beim Discounter oder Supermarkt manchmal eine gute Wahl. Es gibt sie in der Packung frisch im Kühlregal mit 400 g Inhalt für wenige Euro.

Hähnchenmägen sind Schmorfleisch. Also nichts zum Kurzbraten. Da es eine Innereie ist, wird es von manchen Hundebesitzern auch gern einmal als Frischfutter für ihre Lieblinge verwendet. Aber die Hähnchenmägen sind im rohen Zustand so zäh, dass mancher Hund dieses Futter nach einigem Schnuppern ablehnt und nicht frisst.

Also eine Innereie für's Schmoren. Ich verspreche Ihnen: Nach einer Schmorzeit von drei Stunden sind die Hähnchenmägen zart, lecker und sehr schmackhaft und Sie werden sie mögen und lieben. Denn preiswerter kommt man nicht zu einem Ragout. Wenn Sie im Vergleich zu den Hähnchenmägen den Preis für ein gemischtes Ragout aus Rinder- und Schweinefleisch ansehen, verstehen Sie das sicherlich schnell.

In diesem Rezept werden die Hähnchenmägen drei Stunden in

einer Sauce aus Sahne und Cognac geschmort. Sie bilden die Grundlage für die Würze der Sauce und damit des Gerichts an sich. Im Cognac werden alle Zutaten nach dem Anbraten flambiert.



Mit Cognac flambiert

Wenn Sie sich fragen, was der Unterschied zwischen Gulasch und Ragout ist, hier die Lösung: Der Unterschied ist die jeweilige Zubereitung.

Bei einem Gulasch werden zuerst die Zwiebeln in einem Topf in Fett angebraten. Erst danach wird das in Würfel geschnittene Fleisch dazugegeben und alles in einer beliebigen Sauce geschmort.

Bei einem Ragout dagegen werden die Fleischwürfel zunächst angebraten, dann wieder aus dem Topf genommen und beiseite gelegt. Und erst danach in einer bereits köchelnden, würzigen Sauce geschmort. Die Fleischwürfel werden wahlweise vor dem

Anbraten mit Mehl bestäubt – das bindet die Sauce.

Als Beilage kommt Couscous hinzu. Eine gute Beilage für das Ragout. Couscous wird nicht gekocht, sondern in kochendes Wasser gegeben und im nur noch siedenden Wasser 5 Minuten ziehen gelassen.

Für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenmägen (1 Packung)
- 4 Schalotten
- 4 Knoblauchzehen
- 4 große, braune Champignons
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 200 ml Cognac
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- 1 Tasse Couscous

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Schmorzeit 3 Stdn.



Mit Couscous

Schalotten und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden. Champignons ebenfalls kleinschneiden. In eine Schale geben.

Hähnchenmägen kleinschneiden und in eine Schale geben.

Öl in einem Topf erhitzen und Hähnchenmägen darin kräftig anbraten. Mit dem Schaumlöffel wieder herausheben. Schalotten, Knoblauch und Champignons in den Topf geben und ebenfalls kurz anbraten. Hähnchenmägen hinzugeben und alles vermischen. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Mit dem Cognac ablöschen. Alles flambieren. Achtung: Die Flammen können sehr hoch emporsteigen! Sahne dazugeben. Alles vermischen und bei geringer Temperatur zugedeckt drei Stunden schmoren.

5 Minuten vor Ende der Schmorzeit Couscous in einen Topf mit kochendem Wasser geben. Im nur noch siedenden Wasser 5 Minuten ziehen lassen. Durch ein Küchensieb geben und somit Kochwasser abschütten.

Sauce abschmecken. Couscous auf zwei tiefe Teller verteilen.

Hähnchenmägen darauf geben. Sauce großzügig darüber verteilen.
Servieren. Guten Appetit!

Hähnchenmägen-Gulasch in würziger Weißwein-Sahne-Sauce mit Kritharakis



Leckerer Innereien-Gulasch

Wenn Sie Innereien mögen, sind Hähnchenmägen beim Discounter oder Supermarkt manchmal eine gute Wahl. Es gibt sie in der Packung frisch im Kühlregal mit 400 g Inhalt für wenige Euro.

Hähnchenmägen sind Schmorfleisch. Also nichts zum Kurzbraten. Da es eine Innereie ist, wird es von manchen Hundebesitzern

auch gern einmal als Frischfutter für ihre Lieblinge verwendet. Aber die Hähnchenmägen sind im rohen Zustand so zäh, dass mancher Hund dieses Futter nach einigem Schnuppern ablehnt und nicht frisst.

Also eine Innereie für's Schmoren. Ich verspreche Ihnen: Nach einer Schmorzeit von drei Stunden sind die Hähnchenmägen zart, lecker und sehr schmackhaft und Sie werden sie mögen und lieben. Denn preiswerter kommt man nicht zu einem Gulasch. Wenn Sie im Vergleich zu den Hähnchenmägen den Preis für ein gemischtes Gulasch aus Rinder- und Schweinefleisch ansehen, verstehen Sie das sicherlich schnell.

In diesem Rezept werden die Hähnchenmägen drei Stunden in einer Sauce aus Sahne und trockenem Weißwein geschmort. Sehr wichtig ist, dass Sie die klein geschnittenen Hähnchenmägen sehr kräftig mit Kreuzkümmel, Paprika, Salz und Pfeffer, aber nur einer Prise Zucker würzen. Die Gewürze bilden nämlich die Grundlage für die Würze der Sauce und damit des Gerichts an sich.

Wenn Sie sich fragen, was der Unterschied zwischen Gulasch und Ragout ist, hier die Lösung: Der Unterschied ist die jeweilige Zubereitung.

Bei einem Gulasch werden zuerst die Zwiebeln in einem Topf in Fett angebraten. Erst danach wird das in Würfel geschnittene Fleisch dazugegeben und alles in einer beliebigen Sauce geschmort.

Bei einem Ragout dagegen werden die Fleischwürfel zunächst angebraten, dann wieder aus dem Topf genommen und beiseite gelegt. Und erst danach in einer bereits köchelnden, würzigen Sauce geschmort. Die Fleischwürfel werden wahlweise vor dem Anbraten mit Mehl bestäubt – das bindet die Sauce.

Als Beilage kommt Nudelreis hinzu, also griechische Kritharakis. Sie haben laut Anleitung auf der Packung eine Kochzeit von 12 Minuten. Aber täuschen Sie sich nicht. Im

getrockneten Zustand aus der Packung sehen sie klein aus, aber beim Kochen nehmen sie wie andere Nudeln auch viel Wasser auf und werden von der Menge eindeutig größer. Also eine gute Beilage für das Ragout.



Mit Nudelreis

Für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenmägen (1 Packung)
- 4 Schalotten
- 6 Knoblauchzehen
- 200 ml Sahne (1 Becher)
- 200 ml Chardonnay
- Kreuzkümmel
- Paprika
- Salz
- Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- 2 Portionen Kritharakis (etwa 15 EL)

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Schmorzeit 3 Stdn.

Schalotten und Knoblauch putzen, schälen und kleinschneiden. In eine Schale geben.

Hähnchenmägen kleinschneiden und in eine Schale geben. Mit Kreuzkümmel, Paprika, Salz und Pfeffer und einer Prise Zucker würzen.

Öl in einem Topf erhitzen und Schalotten und Knoblauch darin glasig dünsten. Hähnchenmägen hinzugeben und mit anbraten. Mit Sahne und Wein ablöschen. Alles vermischen und bei geringer Temperatur zugedeckt drei Stunden schmoren.

15 Minuten vor Ende der Schmorzeit Kritharakis in einem Topf mit kochendem, leicht gesalzenem Wasser 12 Minuten garen. Durch ein Küchensieb geben und somit Kochwasser abschütten.

Sauce abschmecken. Nudelreis auf zwei tiefe Teller verteilen. Hähnchenmägen darauf geben. Sauce großzügig darüber verteilen.

Servieren. Guten Appetit!

Schweineleber mit Kartoffelstampf

Essen Sie gerne Innereien? Ich kann Sie nur ermutigen, dies einmal wieder zu tun. Und vorher bei einem Supermarkt Ihrer Wahl, der diverse Innereien im Sortiment hat, schön einkaufen und shoppen zu gehen.

Ich hatte frische Schweineleber gekauft. Rinderleber wäre mir lieber gewesen, schön kräftig und würzig. Aber eine schöne

Schweineleber tut es auch. Und sie mundet auch wirklich vorzüglich.

Ich habe die Scheibe Schweineleber auf jeder Seite bei mehrmaligem Wenden insgesamt jeweils 4 Minuten gebraten. Die Bratdauer hängt natürlich von der Dicke der Scheibe ab. Eine dünne Scheibe Leber benötigt keine 2 Minuten auf jeder Seite.



Sehr leckere Schweineleber

Mir ist es aber auf diese Weise gelungen, die Schweineleber schön medium zu braten, sie ist innen noch schön rosé. Wäre sie rare gewesen, hätte es mich auch nicht gestört. Ich mache auch bei Innereien vor Rohem nicht Halt. Sie finden daher auch ein Rezept zu einer rohen Kalbsleber in meinem Foodblog, ein Gericht, das mir eine Foodblogger-Kollegin aus München wärmstens empfohlen hat.

Nun, zu dieser leckeren Schweineleber passen immer Kartoffeln. Als Salzkartoffeln gegart, als Bratkartoffeln gebraten oder als Kartoffelstamp oder -püree. Ich habe die drittgenannte Variante gewählt.

Der Stampf bekommt natürlich eine kräftige Würze mit Salz, schwarzem Pfeffer und einer Prise Zucker. Eine gute Portion Muskatnuss darf nicht fehlen. Und dann kommt eine wirklich große Portion Butter hinzu, die den Stampf geschmeidig und schmackhaft macht.

Ich kann Sie nur ermuntern, das Gericht zuzubereiten. Es war wirklich sehr lecker!

Für 2 Personen:

- 600 g Schweineleber (2 Scheiben à 300 g)
- 12 mittelgroße Kartoffeln
- Butter
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Zucker
- Muskatnuss
- Kräuterbutter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 23 Min.

Kartoffeln schälen und in einem Topf mit kochendem Wasser 15 Minuten garen. Kochwasser abschütten. Eine sehr große Portion Butter dazugeben. Kräftig mit Salz, Pfeffer, einer Prise Zucker und etwas Muskatnuss würzen. Kartoffeln mit dem Stampfgerät zerstampfen, alles gut vermischen und abschmecken. Zur Seite stellen und warmhalten.

Schweineleberscheiben auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Butter in einer Pfanne erhitzen. Scheiben darin unter mehrmaligem Wenden je nach Dicke der Scheiben insgesamt 4 Minuten pro Seite anbraten.

Stampf auf zwei Teller verteilen. Jeweils eine Scheibe Schweineleber dazugeben. Jede Scheibe mit 2 Stücken Kräuterbutter garnieren.

Servieren. Guten Appetit!

Legierte Spargelsuppe und Hähnchenherzen-Spargel- Kapern-Pfanne



Leckerer Süsschen

Ein Gericht für einen Sonntag. Mit einem Süsschen als Vorspeise. Bei der es sich eben anbietet, die Spargelschalen der Spargel vom Hauptgang und das Spargelkochwasser zu verwenden.

Leider ohne Dessert. Dazu hatte ich keine Zutaten vorrätig. Sonst wäre das 3-Gänge-Menü am Sonntag perfekt gewesen. So wird es ein leckeres 2-Gänge-Menü.

Ich dokumentierte dies einmal mit drei Foodfotos, aufgrund der Vorspeise ein Foodfoto mehr als Sie sonst gewohnt sind. Aber wenn Sie Spargel gern essen – und zur Zeit ist ja Spargelsaison – können Sie dieses Gericht gut zubereiten, wenn Sie Spargel gekauft oder vorrätig haben, bei dem einige Spargelstangen gebrochen sind. Für die Innereienpfanne wird der Spargel nämlich auf kleine Größe zurechtgeschnitten, damit er von der Größe her zu den Hähnchenherzen passt.



Schöne Mischung

Die zusätzlichen Kapern verleihen dem Gericht eine leichte Säure.

Und das Einweichwasser der Kapern, zusammen mit einigen Esslöffeln des Kochwassers der Spargel, zusammen mit der Nussbutter der gebratenen Hähnchenherzen und vermischt mit dem Gewürzsalz der Herzen ergeben eine dunkle, würzige, schmackhafte und leicht saure Sauce. Die gut zum Gericht passt.

Für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenherzen (1 Packung)
- 1 kg Spargel
- 4 TL Kapern (Glas)
- 2 Eier
- Fleischgewürzsalz
- Pfeffer
- Zucker
- eine große Portion Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 45 Min.



Kapern bringen leichte Säure

Herzen in eine Schale geben, mit einer großen Portion Gewürzsalz würzen und gut vermischen.

Spargel schälen. Spargelschalen aufbewahren. Spargel in kleine Stücke schneiden. In kochendem Wasser 12 Minuten garen. Spargel mit dem Schöpflöffel herausheben und in eine Schüssel geben.

Spargelschalen in das Kochwasser der Spargel geben und

zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten garen. Spargelschalen mit dem Schöpflöffel herausheben. Suppe mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker würzen. Abschmecken.

1 TL Kapern mit dem Schneidemesser zerkleinern.

Suppe nur noch sieden lassen. Eier aufschlagen und Eigelbe vom Eiweiß trennen. Eigelbe mit dem Schneebesen in die Suppe einrühren und sie somit legieren. Suppe auf zwei Suppenschalen verteilen. Mit etwas Kapern garnieren. Servieren.

Butter in einer großen Pfanne erhitzen. Herzen darin unter Rühren mehrere Minuten auf allen Seiten kross anbraten. Spargelstücke dazugeben, in der Butter herumschwenken und erhitzen. 3 TL Kapern dazugeben. Alles gut erhitzen und mit der Sauce auf zwei tiefe Teller verteilen.

Servieren. Guten Appetit!