

# Bavette mit Rosenkohl



Leckere Innereie

Bavette ist ein Teil aus dem Bauchlappen des Rindes. Es zählt zu den Innereien. Obwohl es aus schönem Muskelfleisch besteht. Und daher auch gern als Steak zubereitet wird.

Ich verwende es hier auch zum Kurzbraten als Steak in der Grillpfanne.

Als Beilage wähle ich Rosenkohl, den ich nur leicht salze und pfeffere.

---

# Kronfleisch mit Zucchini



Zwar Innereie, aber dennoch leckeres Muskelfleisch

Als Kronfleisch wird das Muskelfleisch im Zwerchfell des Rinds bezeichnet. Es zählt daher zu den Innereien, obwohl es aus grobfaserigem Muskelfleisch besteht. Und daher, da es auch sehr fettarm ist, gern als Steak rare zubereitet und gebraten wird.

Ich grille es hier einfach in der Grillpfanne.

Und in einer anderen, normalen Pfanne brate ich Zucchinscheiben in Olivenöl an.

Lecker!



---

# Nierenzapfen mit Spitzpaprika



Kross gegrillt

Der Nierenzapfen, französisch Onglet genannt, ist ein Fleischteil beim Rind. Es handelt sich um einen Teil des Zwerchfells. Der restliche Teil des Zwerchfells ist das Kronfleisch.

Der Nierenzapfen gehört somit zu den Innereien, obwohl es sich um reines Muskelfleisch handelt.

Er wird daher auch gern kurz als Steak gebraten und ist sehr schmackhaft.

Daher einfach nur in der Grillpfanne gegrillt.

Dazu als Beilage Spitzpaprika, den ich in einer zweiten

Grillpfanne grille.

---

# Gegrillter Stierhoden mit Mezzelune



Sehr schmackhafte Zubereitung des Stierhodens

Hier gelingt der Stierhoden wirklich genial und es ist eine sehr empfehlenswerte Weise, Innereien, in diesem speziellen Fall Stierhoden, zuzubereiten.

Einfach einige Minuten auf jeder Seite in der Grillpfanne gegrillt. Dann noch 10 Minuten bei 160 Grad Celsius im



Backofen nachgegart.

Dazu als Beilage frische Pasta, in diesem Fall Mezzelune, gefüllt mit Parmigiano Reggiano und Balsamico-Reduktion.

Für die Pasta bereite ich keine separate Sauce zu. Sondern verwende einfach etwas Teriyaki-Sauce.

Die Teriyaki-Sauce gebe ich übrigens nicht über die Stierhoden, denn diese würze ich mit einem Fleischgewürz, also einer Gewürzmischung.

Die beste Art, um Stierhoden vorzubereiten, ist die folgende. Man friert die Stierhofen ein, auch um sie länger haltbar zu machen und nach Belieben zuzubereiten. Dann lässt man sie eine Stunde auftauen. Dabei taut die äußere Hodenhaut, die nicht genießbar ist, auf, das eigentliche Hodeninnere, also das Drüsengewebe, bleibt gefroren. Man schneidet die Hoden längs zwei Male ein und zieht die Hodenhaut ab. Den eigentlichen Hoden, der nur genießbar und noch gefroren ist, lässt man dann einige weitere Stunden auftauen.

---

## **In Butter gebratenes Kalbsbries auf Fettuccine**



Sehr lecker

Kalbsbries ist eine sehr edle Innereie. Und auch recht teuer. Aber sie schmeckt hervorragend.

Sie ist die Wachstumsdrüse beim Kalb, die beim erwachsenen Rind nicht mehr vorhanden ist.

Um Kalbsbries zuzubereiten, muss man erst etwas vorbereiten.

Und zwar das Kalbsbries 5–10 Minuten in nur noch siedendem Wasser blanchieren.

Dann kann man es zurechtschneiden, würzen und braten oder frittieren.

Hier habe ich es nur in einer großen Portion Butter gebraten.

Dann gebe ich es mit der Butter auf frische Pasta.

Garniert mit frisch geriebenem Parmigiano Reggiano.

Wenige, gute Zutaten. Aber ein sehr leckeres Essen.



---

# Frittierteller mit Kalbsbries und Pommes frites



Alles frittiert

Am Silvesterabend habe ich es mir einfach gemacht.

Einfach einen Frittierteller zubereitet.

Mit zwei leckeren Zutaten.

Einmal Pommes frites, ganz einfach frittiert.

Dann Kalbsbries, das ich vorher einige Minuten blanchiere,

dann zerschneide und würze. Und schließlich ebenfalls kurz frittiere.

Nichts besonders Aufregendes, aber einfach, schnell und lecker.

---

## Penis-Eintopf



Ein traditionell jüdisches Gericht

Ich habe dieses Rezept auf [Grouprecipes](#) von meinem Online-Schlachter erhalten, der es mir empfohlen hat, als ich ihm mitteilte, dass Ochsenziemer, die er mir geliefert hatte, nichts zum Kurzbraten sind, sondern zum Schmoren oder lange



Garen.

Ich habe daher den Titel des Rezeptes beibehalten, auch wenn er etwas abstrus klingt, und habe das Rezept nicht „Ochsenziemer-Eintopf“ genannt.

Ich übernehme auch den einführenden Text aus dem Englischen bei diesem Rezept, den ich recht lustig fand.

Anscheinend war dieses Rezept ursprünglich ein jüdisches Rezept. Offenbar spielten Innereien, einschließlich Penis, einst eine große Rolle in der jüdischen Küche.



Beim Anbraten

Wenn Sie unglücklich sind mit dem Mann in Ihrem Leben, bringen Sie das mit einem schönen, deftigen Teller Penis-Eintopf zum Ausdruck! Vor allem, wenn Sie dazu sagen, „Schatz, ich habe den ganzen Tag an Dich gedacht, während ich das Abendessen zubereitet habe.“ ...

Wenn man sich an den Geschmack und die Konsistenz des Penis gewöhnt hat, dann ist dieser Eintopf richtig lecker!

---

## Ochsenziemer-Ragout mit Tortiglioni



Würziges Ragout mit Innereie mit ungewohnter Konsistenz

Mein erstes Gericht mit Ochsenziemer, also dem Penis eines Ochsen, ging schief. Das war aber auch nicht verwunderlich. Dies ist mir schon des öfteren passiert, wenn ich eine Innerei



das erste Mal zubereitet habe und essen wollte.

Ochsenzimer ist nichts zum Kurzbraten. Das habe ich feststellen müssen, als ich den ersten Ochsenziemer in der Grillpfanne gegrillt habe und ihn dann im Backofen noch nachgaren ließ. Er war hart und zäh und nicht essbar.

Ich teilte dies meinem Online-Schlachter mit, der dies auch bestätigte, indem er mir einen Link für einen Penis-Eintopf schickte. Somit also ein Rezept für langes Garen und Schmoren. Das Rezept war auf Englisch und beschrieb die Zubereitung eines traditionell jüdischen Eintopfs, das ich so auch nicht kannte oder davon wusste. Ich habe aber dieses Rezept nicht nachgekocht. Sondern einfach ein eigenes Rezept kreiert. Mit Ochsenzimer. Und den mir bekannten Zutaten für ein gutes Ragout.

Der Penis eines Ochsen scheint anders aufgebaut zu sein als der menschliche Penis. Letzterer ist ein Schwellkörper, in den bei einer Erektion Blut aus dem Körper fließt und somit der Penis sich vergrößert und versteift. Der Ochsenzimer hat einen bestimmten Bestandteil, der an Knorpel erinnert. Es ist aber kein fester, harter Knorpel, den man nicht kauen kann. Sondern ist eher eine feste Kollagenmasse. Diese wird beim Schmoren weich und man kann sie kauen. Das scheint auch kein Wunder zu sein, denn der Ochsenziemer ist immerhin etwa einen halben Meter lang. Und irgendwie muss es ein Stier ja zustande bringen, dass sein Schniedel fest und hart wird und er somit eine Kuh besamen kann.



### Beim Anbraten

Ich bereite dieses Ragout mit mir bekannten Zutaten zu. Und lasse den Ochsenziemer, den ich vor dem Schmoren quer in grobe Stücke schneide, im Ragout drei Stunden schmoren. Innereien sind ja immer eine Geschmacks- und auch Einstellungssache. Viele Menschen, vielleicht besonders Frauen, würden dieses Gericht vielleicht nicht essen. Wenn man sich bewusst macht, dass man einen Penis isst. Und der Ochsenziemer schmeckt nicht wie ein Ragout aus Muskelfleisch wie Gulasch oder Geschnetzeltes. Wie schon erwähnt, scheint er leicht feste Kollagenfasern zu beinhalten. Man kann diese zwar kauen. Aber das Ragout hat so seinen eigene Konsistenz und auch Geschmack. Aber es ist eine interessante Variante einer Innereie. Die durchaus schmackhaft ist, wenn man sie nur selten zubereitet. Kalbsbries, Kalbshirn oder auch Pansen schmeckt ja auch sehr eigen und hat jeweils eine eigene Konsistenz und Geschmack.

Und außerdem liegt dieses Gericht ganz im Sinne dessen, dass



man nachhaltig zubereitet und isst. Und eben nicht nur die Edelstücke wie Filet oder Rumpsteak zubereitet und isst. Sondern eben auch einmal die weniger geschätzten Teile eines Tieres, die in diesem Fall zu den Innereien und hier den Genitalien gehören.

---

## **Gegrillter Ochsenziemer mit Kartoffelpüree**



In rohem Zustand

An diesem Weihnachten gibt es einen Penis. Nein, keine Masturbation oder einen F\*ck. Nicht doch an Weihnachten! Nein,

einen Ochsenziemer, also den Penis eines Ochsen.

Mein Online-Schlachter, bei dem ich ab und zu Innereien beziehe und der wirklich fast alle Innereien auch anbietet, hatte bisher auch Stierhoden im Sortiment. Leider jedoch keinen Penis, den ich gern einmal essen wollte. Nun seit letztem Jahr hat er auch Ochsenziemer im Sortiment.

Und mein Bruder, der mir in den letzten Jahren immer ein Fresspaket von einem Onlineshop eines großen, deutschen Supermarktes zu Weihnachten geschenkt hat, ließ sich überzeugen, mir dieses Weihnachten ein Innereien-Paket von meinem Online-Schlachter zu bestellen.

Somit kam ich unter anderem zu vier Stierhoden und zwei Ochsenziemern. Und bereite das erste Mal in meinem Leben einen Penis eines Ochsen zu. Und verspeise ihn natürlich auch.

Ich bin ja nicht schwul und hätte daher nie gedacht, dass ich einmal einen Penis eines anderen Wesens in den Mund nehme. Aber es ist zumindest nicht von einem anderen Mann, sondern von einem Tier. □

Erwartungsgemäß ist der Ochsenziemer recht groß bzw. lang. So ein Ochse hat ja auch eine andere Größe und Masse als ein Mensch. Also sind Vergleiche mit dem eigenen Schniedel nicht besonders angebracht.

Und vom Stier sind zunächst die Stierhoden. Womit der Stier zu einem Ochsen, also einem kastrierten Bullen wird. Und von diesem kommt man dann an den Ochsenziemer, den Penis. Somit kommt man vom einen Tier zum zwar gleichen Tier, aber eben in anderer Form. Und das ist dann fast wie ein kleines *Dejà vue*.

Der Penis ist übrigens, für die, die es nicht wissen, kein Muskel, sondern ein Schwellkörper. Er hat somit eine schwammige Konsistenz. Denn in den Penis pumpt der Körper bei einer Erektion Blut hinein, wodurch es eben zur Erektion kommt. Auf diese Weise ließe sich jetzt hier auch ganz schnell



die Geschichte oder das Zustandekommens der berühmten „Morgenlatte“ beim Mann erklären. Aber das ist eine andere Geschichte.

Hier geht es um die Zubereitung eines ausgefallenen Produkts.

Zur Zubereitung des Ochsenziemers: Bereiten Sie den Ochsenziemer nicht auf diese Weise zu. Das Gericht gelingt nicht. Ochsenziemer ist anscheinend kein Produkt zum Kurzbraten. Sondern nur zum langen Schmoren bei geringer Temperatur.

Ich grille den Ochsenziemer, den ich zuerst mit Fleischgewürze, in Öl in der Grillpfanne zwei Minuten auf beiden Seiten kross an. Und lasse ihn noch zehn Minuten bei 160 Grad Celsius im Backofen nachgaren. Schließlich will ich bei diesem Produkt doch sicherstellen, dass es nicht rare zubereitet wird, sondern durchgegart ist.

Aber es ist wie bei so manchen Innereien, die ich noch nie zubereitet oder gegessen habe. Ich habe den Ochsenziemer nach dem Garen angeschnitten und probiert. Er ist durchgegart, aber innen noch rosé. Aber ich kann ihn nicht kauen. Er ist hart und zäh.

Aber ich bin zuversichtlich. Ich habe noch einen zweiten Ochsenziemer im Gefrierschrank. Und diesen werde ich kleinschneiden, als Ragout zubereiten und einige Stunden schmoren. Das sollte gelingen.

Es ist vermutlich wie beim Pansen, diesen muss man ja auch einige Stunden in Gemüfefond garen, bevor man ihn weiter zubereitet, also brät oder frittiert.

Mit den Röstaromen in der Pfanne und etwas Rinderfond bereite ich dann noch ein leckeres Sößchen zu.

Und als Beilage gibt es ein einfaches, aber frisch zubereitetes Kartoffelpüree.

---

# Gegrilltes Schweineherz mit Süßkartoffelstampf



Kross gegrillt

Ein Schweineherz. Längs halbiert.

Gewürzt. Und einfach in der Grill-Pfanne gegrillt.

Dazu aus Süßkartoffeln ein feiner Stampf.

Die Schweineherz-Hälften würze ich noch mit einer speziellen Kräuterbutter.



Ein einfaches Gericht. Wenige Zutaten. Schnell zubereitet.  
Aber lecker.

---

## **Gegrillte Schweineniere mit gebratenem, grünem Spargel**



Lecker gegrillte Schweineniere

Ab und zu eine Innereie wie Niere oder Leber ist doch sehr  
lecker.

Dazu gibt es einmal außerhalb der Saison grünen Spargel dazu,  
den ich in viel Butter kross anbrate.

Die Nieren werden noch mit etwas Kräuterbutter „Diablo“-Style gewürzt.

---

## Kuheuter-Geschnetzeltes mit Gemüse



Sehr würzig und lecker

Kuheuterschnitzel, in kurze Streifen geschnitten und in Olivenöl in der Pfanne gebraten.

Kuheuterschnitzel kauft man vorgegart beim Schlachter seines Vertrauens.



Man kann es, wie der Name schon sagt, auch gut als Schnitzel in der Pfanne zubereiten. Entweder natur oder auch paniert.

Weitere Zutaten sind einige Gemüsesorten.

Für eine gehörige Schärfe sorgen die Peperoni.

Und für eine schöne Würze sorgt geriebener Cheddar.

[amd-zlrecipe-recipe:1221]

---

## **3erlei-Ragout mit Körner-Mischung**



Sehr würzig und aromatisch

Für dieses Ragout habe ich drei Fleisch- bzw. Innereien-Sorten ausgewählt.

Das Spiel mit den unterschiedlichen Konsistenzen und Geschmäckern von Fleisch bzw. Innereien ist wirklich sehr interessant.

Da Rinderherz festes Muskelfleisch ist, brate ich es als erstes an. Dann gebe ich Lebern und Steakfleisch hinzu.

Als Beilage wähle ich eine sehr schmackhafte Körner-Mischung, die sehr gehaltvoll schmeckt. Sie ist in wenigen Minuten in der Mikrowelle gegart.

[amd-zlrecipe-recipe:1202]

---

## **Gegrillte Hähnchenherzen mit Grill-Gemüse**





## Kross gegrillt

Ein sehr leckeres Innereien-Rezept.

Es wird alles in nur einige Minuten in einer Grill-Pfanne in gutem Rapsöl gegrillt.

Gewürzt wird mit Paprika, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker.

Ich lösche die Gewürze und Röststoffe mit einem kleinen Schuss Rotwein ab. Und gebe das Sößchen direkt über die Hähnchenherzen.

[amd-zlrecipe-recipe:1193]

---

# Gegrillte Kalbsleber mit Kartoffelstampf

Mein Discounter hatte überraschenderweise Kalbsleber im Sortiment. Das hat er selten. Also habe ich sofort davon gekauft.

Ich esse Leber recht gern. Aber Kalbsleber bekommt man selten, und sie ist sehr zart und lecker.

Dass die Leber von einem Kalb stammt, sieht man auch daran, dass sie hellrosa ist, und nicht dunkelrot bis braun wie von einem Rind.

Ich grille die Kalbsleberscheiben in einer Grill-Pfanne. Dann salze und pfeffere ich sie.

Dazu gibt es als Beilage einen Stampf von Kartoffeln. Ich esse Stampf ja wirklich sehr gerne, gern auch von anderem wie Pastinaken, Wurzeln o.ä.

[amd-zlrecipe-recipe:1138]

---

## Innereien-Taschen

Ein Rezept für Taschen aus dem Backofen mit einer Innereien-Füllung.

Für den Teig habe ich es mir einfach gemacht und fertigen Pizzateig mit Backpapier aus der Packung verwendet.

Also ein Hefeteig.

[amd-zlrecipe-recipe:1126]