

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.



Thomas Biedermann

Verfemte Rezepte

Innereien-Rezepte

Verlag Thomas Biedermann

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 außerhalb
- 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!

Stierhoden-Ragout mit Kornmischung



Sehr, sehr lecker und würzig

Ich muss einmal alte Verkrustungen aufbrechen. Und bereite daher Stierhoden zu. Als Ragout.

Zu den kleingeschnittenen Stierhoden gebe ich Lauchzwiebeln, Knoblauch und Champignons.

Und gare das Ganze in einer Auflaufform in der Mikrowelle.

In der zugedeckten Auflaufform bildet sich von allein ein kleines, leckeres Sößchen.

Die Stierhoden gelingen weich und zart und sind wirklich sehr

lecker.

Als Beilage wähle ich eine Mischung aus Quinoa, braunem Basmati und Wildreis, die ich vorgedämpft in zwei Packungen vorrätig habe. Sie sind ebenfalls innerhalb weniger Minuten in der Mikrowelle fertig gegart. Auch die Beilage ist sehr würzig und lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:1192]

Gebratene Prärie-Auster mit Bratkartoffeln

Ich hatte noch eine Prärieauster übrig und habe sie in Butter gebraten. Vorher habe ich sie in einer Panierstraße paniert.

Dazu gibt es passenderweise einfach einige Bratkartoffeln.

Die panierten und gebratenen Prärieaustern-Scheiben schmecken sehr fein.

[amd-zlrecipe-recipe:295]

Hodenpüree-Suppe

Ich habe das Rezept für die Leberpüree-Suppe nochmals variiert. Denn ich hatte noch einen Bullen-Hoden vorrätig. Also habe ich eine Hodenpüree-Suppe zubereitet.

Da bekommt der Ausdruck „gequirlte Eier“ doch gleich wieder eine neue Bedeutung.

Im nachfolgenden zwei Fotos des Bullen-Hodens. Tja, Männer, da bekommt Ihr mal einen Begriff davon, wie groß sie sein müssen.

□

Ich habe alternativ zur Leberpüree-Suppe anstelle von Rotwein und Rotwein-Essig einfach Weißwein und Weißwein-Essig verwendet, da diese doch eher zu dem hellen Drüsengewebe des Bullen-Hodens passen.



Tiefgefrorener Bullen-Hoden

Bullen-Hoden sind wie Leber und Niere reines Drüsengewebe, haben aber auch eine harte Haut, die nicht mitgegessen werden kann und daher vor der Zubereitung entfernt werden muss.



Enthäutet und das reine Drüsengewebe

[amd-zlrecipe-recipe:293]

Prärieauster-Gemüse-Ragout mit Bandnudeln

Nun, was ist eine Prärieauster, werdet Ihr Euch fragen. Das ist einfach erklärt. Eine Prärieauster ist ein Bullenhoden.



Als die Cowboys in Amerika ihre Viehtrecks durchführten und dabei unterwegs auch einmal ein Rind oder einen Bullen schlachteten, mussten sie natürlich alles von dem jeweiligen Tier verwenden. Das waren bei einem Bullen eben auch seine Hoden. Daher bekam der Bullenhoden den Begriff „Prärieauster“.

Männliche Hoden sind Drüsengewebe. Sie haben eine harte Haut, die man nicht essen kann und deshalb vor dem Zubereiten entfernen muss.

Ich bereite die Prärieauster als Ragout zu, indem ich sie kleinschneide. Desweiteren verwende ich Gemüse, das ich kleinschneide oder grob reibe.

Die Sauce wird aus selbst zubereitetem Gemüfefond zubereitet.

Dazu gibt es als Beilage einfach Bandnudeln.



Die Prärieauster gelingt in diesem Gericht sehr zart und fein. Sie erinnert von Geschmack und Konsistenz ein wenig an Leber oder Niere.

[amd-zlrecipe-recipe:167]

Erneut „Woche der Innereien“



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

Ich habe bei meiner Lieblings-Online-Schlachtere [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 ©: Schlachtere [Böbel](#)

Stierhoden-Ragout mit Quinoa



Sehr schmackhaftes Ragout

Ein Ragout mit Stierhoden, Speck und Tomaten. Dazu koche ich das erste Mal mit Quinoa, das bewundert und als sehr schmackhaft angepriesen wird. Quinoa erinnert sehr stark an Hirse.

Stierhoden haben eine feste Haut, die man nicht essen kann. Am besten friert man die Stierhoden ein. Dann lässt man sie eine Stunde auftauen. Ergebnis: Das Drüsengewebe der Hoden ist noch gefroren und fest. Die äußere Haut ist jedoch aufgetaut und weich. Man schneidet sie ein und zieht sie einfach ab. Dann zerkleinert man das Drüsengewebe der Hoden für das Ragout.

Die Sauce des Ragouts bereite ich mit Tomaten aus der Dose und trockenem Weißwein zu. Die Sauce lasse ich aber stark reduzieren, so dass das Ragout sehr dickflüssig wird.

Die Hoden sind nach dem Garen sehr zart. Und das Gericht ist sehr würzig.

Mein Rat: Wer es etwas würziger haben möchte, gart das Quinoa nicht in kochendem Wasser, sondern in Gemüsefond.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Stierhoden
- 120 g Speck
- 3 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- Olivenöl
- 1 rote Chili-Schote
- 1 TL gemahlener Kreuzkümmel
- 2 Kardamomkapseln
- Zimt
- 2 EL süßes Paprika-Pulver
- 1 Dose geschälte Tomaten (400 g)
- 300 ml trockener Weißwein
- 1–2 TL Zucker
- Salz
- Pfeffer
- Quinoa
- Petersilie

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 60 Min.

Hoden nach oben beschriebener Vorgehensweise häuten. Längs dritteln, dann jede Scheibe längs halbieren und grob in Stücke schneiden.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chili-Schote putzen und quer in Ringe schneiden. Speck in kurze Streifen schneiden. Petersilie kleinwiegen.

Öl in einem Topf erhitzen und Hoden, Speck, Zwiebeln, Knoblauch und Chili-Schote darin kräftig anbraten. Tomaten hinzugeben und mit dem Kartoffelstampfer zerdrücken. Mit Weißwein ablöschen. Mit Kreuzkümmel, Kardamom, einer Prise Zimt und Paprika-Pulver würzen. Alles verrühren. Zucker hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Sauce abschmecken. Bei geringer Temperatur 45 Minuten zugedeckt köcheln lassen. Die letzten 15 Minuten ohne Deckel auf ein Drittel der Flüssigkeit reduzieren. Dabei gut mit dem Kochlöffel rühren, damit das Ragout nicht am Topfboden anbrennt.

10 Minuten vor Ende der Garzeit Quinoa nach Anleitung zubereiten.

Nochmals Sauce abschmecken. Quinoa in zwei tiefe Teller geben. Ragout großzügig darüber verteilen. Mit Petersilie garnieren. Servieren.

Gebratene Stierhoden mit Spiegeleiern



Herrlich zarte Stierhoden-Scheiben

Hat man vom Stierhoden-Carpaccio noch einige Scheiben übrig, so kann man diese mariniert ruhig dazu verwenden, um gebratener Stierhoden-Scheiben zuzubereiten. Ansonsten marinierte ich die frisch zugeschnittenen Stierhoden-Scheiben

mit Salz und Pfeffer. Und marinieren sie mit Balsamico-Essig und Olivenöl.

Ich kann dieses Produkt und diese Art der Zubereitung nur sehr empfehlen. Die Stierhoden-Scheiben sind ein Genuss. Stierhoden sind ähnlich wie Leber Drüsengewebe, daher sehr weich und man sollte sie nur sehr kurz einige Minuten braten, da die Hoden sonst zu zäh werden. Wenn man ein Entrecôte rare zubereitet und es auf einer Skala von 1–10 Punkte bezüglich seiner Zartheit 10 Punkte bekommt, kommen die gebratenen Stierhoden-Scheiben auf gute 20 Punkte, so zart sind sie.

Den Spiegeleiern gebe ich mit Eiern etwas Form und ein schöneres Aussehen auf den Tellern.

Mein Rat: Die Stierhoden-Scheiben am Rand etwas einschneiden, da die sie umgebende Haut die Stierhoden-Scheiben beim Braten etwas zusammenziehen lässt.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Stierhoden
- 4 Eier
- Balsamico-Essig
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 3 Stdn. | Garzeit 10 Min.

Stierhoden 2–3 Stunden in den Tiefkühlschrank geben, damit sie etwas anfrieren.

Herausnehmen, mit einem scharfen Messer längs einschneiden und die sie umgebende Haut entfernen.

Stierhoden quer in dünne Scheiben schneiden.

Auf eine Platte legen und mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Balsamico-Essig und Olivenöl marinieren.

Öl in einer Pfanne erhitzen und nacheinander in 1–2 Durchgängen Stierhoden-Scheiben auf beiden Seiten jeweils nur 1 Minute kross anbraten. Herausnehmen, auf zwei Teller geben und warmhalten.

Zwei Eierringe in die Pfanne stellen, jeweils ein Ei aufschlagen und in einen der Eierringe geben. Salzen und pfeffern. Spiegeleier in zwei Durchgängen braten. Jeweils zwei Spiegeleier zu den Stierhoden-Scheiben geben. Servieren.

Stierhoden-Carpaccio



Leckere Antipasti

Heute feiere ich ein wenig und bereite ein besonderes Gericht zu. Ich habe heute meinen 55zigsten Geburtstag.

Ich hatte auch überlegt, zur Feier des Tages essen zu gehen. Ich hätte mich dann für ein Restaurant bei mir in der Nähe entschieden, das nach Art eines bayerischen Brau-Hauses aufgemacht ist. Dort hätte ich eine Schweinshaxe mit Knödeln bestellt. Aber ich hätte dann auch meinen Fotoapparat mitnehmen und das Gericht für mein Foodblog fotografieren müssen. Und das mache ich im Restaurant oder auch im Biergarten nur sehr ungern.

Als Alternative hätte ich auch seit 2 1/2 Jahren endlich mal wieder beim Lieferservice bestellen können. Ich hätte einen China-Imbiss gewählt und dort ein vegetarisches Gericht. Das hätte ich zuhause auch fotografieren können. Aber Fastfood zum Geburtstag? Dann doch eher nicht.

Also entschied ich mich dafür, doch wieder selbst etwas zuzubereiten und für dieses Carpacchio. Carpacchio ist vom Rinder- und Pferde-Carpacchio bekannt. Es wird aus Rinder- oder Pferde-Rumpsteak zubereitet. Es besteht aus rohen, sehr dünn geschnittenen Scheiben Fleisch, angerichtet auf einem Teller, gesalzen, gepfeffert und mit etwas Olivenöl und Balsamico-Essig garniert. Es schmeckt köstlich.

Auf einen Rat meiner Kollegin Petra Hammerstein, die den Foodblog „DerMutAnderer“ betreibt, habe ich auch einmal rohe Kalbsleber, nur mit Salz und Pfeffer gewürzt, gegessen. Auch das mundet hervorragend.

Und wenn man diese Produkte roh genießen kann, dann kann man auch zur Feier des Tages Stierhoden roh in dünne Scheiben aufgeschnitten, als Carpacchio, genießen. Mit frisch gemahlenem Meersalz und schwarzem Pfeffer gewürzt. Mit etwas gutem Olivenöl und Balsamico-Essig mariniert. Ein Gaumenschmaus. Die Stierhoden sind wie die Leber eines Tieres Drüsengewebe. Daher schmecken sie auch wie rohe Leber sehr fein und zart.

Ich habe die insgesamt vier Stierhoden und zusätzliche weitere

Innereien, die sonst schwierig zu bekommen sind, von der Online-Metzgerei [Böbel](#) bezogen, die diese Produkte liefert. Für die restlichen drei Stierhoden werde ich in der kommenden Zeit noch einige Rezepte kreieren.

Stierhoden gibt man am besten 2–3 Stunden in den Gefrierschrank, damit sie leicht anfrieren. Dann kann man die sie umgebende Haut leicht abziehen. Und sie anschließend quer in dünne Scheiben schneiden.

Zutaten für 1 Person:

- 1 Stierhoden
- Meersalz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Balsamico-Essig
- zwei Schippen oder ein halbes Baguette

Zubereitungszeit: 5 Min.

Stierhoden 2–3 Stunden in den Gefrierschrank geben.

Herausnehmen und mit einem scharfen Messer die äußere Haut längs einschneiden. Mit den Fingern die Haut um den Stierhoden abziehen.

Stierhoden quer in dünne Scheiben schneiden.

Scheiben auf einem Teller anrichten. Mit frisch gemahlenem Meersalz und schwarzem Pfeffer würzen. Mit etwas gutem Balsamico-Essig und Olivenöl marinieren. Servieren.

Hammelhoden - Ragout Spaghetti

mit



Leckeres Ragout mit Pasta

Schneidet man Hoden in zwei Hälften oder kleine Stücke, stellt man fest, dass sie in etwa wie Leber – natürlich heller – oder Niere aussehen. Kein Wunder, Hoden sind auch Drüsengewebe.



Frische Hammelhoden

Hoden erinnern geschmacklich im Ragout an Schweine- oder Kalbfleisch, und sie sind aufgrund der langen Garzeit um ein Vieles zarter, als wenn man sie in der Pfanne brät.

Hoden sind von einer dünnen Haut umhüllt. Man entfernt diese, indem man die Hoden ein wenig einschneidet und die Haut dann rundherum abzieht. Die Ausbuchtungen der Hoden und größere außenliegende Blutgefäße schneidet man ebenfalls weg.

Zutaten für 1 Person:

- 3 Hammelhoden
- 125 g Spaghetti
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 rote Chilischote
- 1–2 Tomaten (oder 200 g stückige Tomaten aus der Dose)
- 1 Zweig Salbei
- 1 Zweig Rosmarin
- trockener Rotwein
- 200 ml Hühnerfond
- Mehl
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 35 Min.

Blätter der Kräuter abzupfen und kleinwiegen. Strunk der Tomaten entfernen, Tomaten in kleine Stücke schneiden. Zwiebel und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Chilischote putzen und in Ringe schneiden. Hoden in grobe Stücke schneiden. Überschüssiges, sich ansammelndes Wasser abgießen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Zwiebel, Knoblauch und Chilischote darin anbraten. Hodenstücke dazugeben. Alles mehlieren und kräftig anbraten.



Mehlierte Hoden mit Zutaten
in der Pfanne

Mit Rotwein ablöschen. Tomaten dazugeben. Kräuter hinzugeben. Ebenfalls Fond dazugeben. Alles verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles zugedeckt bei geringer Temperatur 30 Minuten köcheln lassen.

Währenddessen Pasta nach Anleitung zubereiten.

Sauce abschmecken. Pasta in einen tiefen Nudelteller geben, Ragout darüber verteilen und alles servieren.

© Fotos: [Löffel](#)

Gebratene Hammelhoden mit Fladenbrot



Gebratene Hoden aus der Pfanne

Mein Kollege Hanswurst hat vor einiger Zeit einige Rezepte zur Zubereitung von Hammelhoden in seinem Foodblog gepostet. Ich war froh, auf diese Rezepte zu stoßen, die er aber auch nur gesammelt und nur zum Teil selbst kreiert hat. Beim Recherchieren nach Rezepten für Hammelhoden stieß ich in jeweiligen Abwandlungen nur auf diese zwei Variationen: entweder kräftig anbraten oder als Ragout mit Pasta. Es ist an der Zeit, eines dieser köstliche Gerichte wieder einmal zu publizieren und an eine breite Öffentlichkeit zu bringen.

Ich bat meinen türkischen Lebensmittelhändler schon vor Monaten, mir Rinder- oder Hammelhoden, möglichst mit zugehörigem Penis, zu besorgen. Bei deutschen Schlachtern bekommt man dies nur sehr schwer. Mein Händler, sonst sehr liebenswürdig und zuvorkommend, drückte sich etwas herum und sagte, er schäme sich, wenn er zu seinem Lieferanten ginge und ihn um „Hoden“ bitte. Da blamiere er sich. Vor einigen Wochen sprach er mich an und sagt, er habe das Ganze nun doch in die Wege geleitet und bekomme am nächsten Tag Hammelhoden geliefert. Das war auch so – eine Packung mit fünf Stück. Für die Rezepte kann man natürlich auch Rinderhoden verwenden, diese werden aber sicherlich größer ausfallen, so dass man davon weniger braucht.



FrISChe Hammelhoden

Hammelhoden sind etwa so groß wie Gänseeier. 2–3 zum Anbraten in der Pfanne mit Beilage reichen für eine Person. Der Geruch der frischen, rohen Hammelhoden erinnert merkwürdigerweise ein wenig an Fisch oder sogar Austern.

Wenn man die Hoden in zwei Hälften oder kleine Stücke schneidet, stellt man sie fest, dass sie in frischem Zustand in etwa wie Leber – natürlich heller – oder Niere aussehen. Kein Wunder, die Hoden sind auch Drüsen wie die Leber im Körper.

Die gebratenen Hammelhoden sehen aufgeschnitten aus wie Kalbsbraten, der à point gegart ist, oder auch Seelachsfilet – also sehr fein und weißlich. Und geschmacklich erinnern sie an Kalbsbries. Dies ist ebenfalls verständlich, weil beides Drüsen sind.

Zu guter Letzt, die Verdaubarkeit dieser neuen, ungewohnten Speisen, für die man auch erst einmal aufgeschlossen sein muss, war gut. Anders als bei manch anderen Speisen, die ich in den letzten Jahren das allererste Mal probiert hatte und mein Magen nach dem Motto rebellierte: „Was bietest Du mir den da für ein Zeug an? Das hatten wir noch nie und ich habe es vorher noch nie verdaut!“, hatte ich keine Beschwerden mit dem Magen. Er hat nichts reklamiert und es anstandslos verarbeitet.

Vorbereitung:



Das Entfernen der Haut und vorhandenen Wülste

Die Hoden sind von einer dünnen Haut umhüllt. Man entfernt diese, indem man die Hoden ein wenig einschneidet und die Haut dann rundherum abzieht. Die Ausbuchtungen der Hoden und größere außenliegende Blutgefäße schneidet man ebenfalls weg.

Zutaten für 1 Person:

- 3 Hammelhoden
- 1 Zwiebel
- 3 Knoblauchzehen
- 1 Zweig Salbei
- 1 Zweig Rosmarin
- Mehl
- 2 cl Raki
- Ras el-Hanout
- Honig
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

- Chilisaucе
- $\frac{1}{2}$ Fladenbrot oder ein $\frac{1}{2}$ Ciabatta

alternativ zu Raki und Ras el-Hanout:

- Rotwein
- Kräuterwürze, Garam Masala oder Bratengewürz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.



Hammelhoden, halbiert,
eingeschnitten und mehliert

Schneiden Sie die Hoden in jeweils zwei Hälften. Dann schneiden Sie die Hälften auf der oberen, gewölbten Seite ein paar Mal ein, damit sie sich beim Braten nicht nach oben wölben. Salzen und pfeffern Sie die Hälften von beiden Seiten und bestreuen Sie sie mit Ras el-Hanout. Ras el-Hanout ist eine marokkanische Gewürzmischung, die viele unterschiedliche Zutaten vereint und im Asia-Shop oder Onlinehandel erhältlich ist. Alternativ können Sie auch Kräuterwürze, eine Currymischung wie Garam Masala oder Bratengewürz verwenden. Anschließend mehlieren Sie die Hälften in reichlich Mehl.

Geben Sie die Butter in eine Pfanne und erhitzen Sie sie. Braten Sie die Hoden auf beiden Seiten kräftig an, dann geben Sie die kleingeschnittene Zwiebel, den kleingeschnittenen Knoblauch und die Kräuter im Ganzen hinzu. Lassen Sie alles bei geringer Hitze 2 Min. weitergaren. Jetzt gießen Sie den Raki darüber und flambieren das Ganze. Alternativ können Sie alles auch mit einem kräftigen Schuss trockenem Rotwein ablöschen und eine Rotweinsauce daraus machen. Nun noch 5 Min. schmoren lassen und mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Honig abschmecken. Servieren Sie das Ganze auf Tellern und geben Sie noch ein wenig Chilisaucе darüber. Dazu Fladenbrot oder Ciabatta.

© Fotos: [Löffel](#)