

Erneut „Woche der Innereien“



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

Ich habe bei meiner Lieblings-Online-Schlachterei [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 ©: Schlachterei Böbel

Leberkugeln mit süßer Chili-

Sauce

Hier habe ich etas ausprobiert und Rinderleber mit dem Pürierstab fein püriert. Dazu gebe ich eine grobe Leberwurst. Dazu Eier für Bindung. Und noch Semmelbrösel für mehr Festigkeit.

Aus dieser Masse forme ich mit den Händen Kugeln und frittiere sie im siedenden Fett in der Friteuse.

Das Ganze serviere ich mit süßer Chili-Sauce als Abend-Snack vor dem Fernseher.

[amd-zlrecipe-recipe:97]

Leber mit Fenchel in Whiskey-Austern-Sauce

Ein richtig asiatisches Gericht ist dies nicht unbedingt. Denn ich denke, dass das Flambieren mit Whiskey nicht unbedingt in der asiatischen Küche praktiziert wird. Aber wer sagt denn, dass man in einem Wok kein Gericht flambieren darf? Das Gericht eignet sich einfach dazu. Und zusammen mit der Austern-Sauce ergibt sich eine sehr schmackhafte Sauce.



Das Flambieren im Wok

Dies ist auch wieder eines der vielen asiatischen „Low products“ -Rezepte. Denn man braucht in diesem Fall – abgesehen vom Öl zum Anbraten und dem obligatorischen Reis – nur vier Produkte: Leber, Fenchel, Whiskey und Austern-Sauce. Fertig ist ein sehr schmackhaftes Gericht.

Mein Rat: Auch wenn das Gericht vielleicht nicht unbedingt authentisch asiatisch ist, es wird in Schalen mit Stäbchen serviert.

[amd-zlrecipe-recipe:8]

Rinderleber mit Röstzwiebeln und Pasta in Rotwein-Sauce

Ich bereite zwei schöne Stücke Leber zu, die ich würze, mehliere und in Butter anbrate. Dazu Röstzwiebeln, wozu ich in Scheiben geschnittene Zwiebeln verwende, die ich ebenfalls mehliere und als erstes in Butter brate.

Für Geschmack für Leber und die zu bildende Sauce brate ich dann in Butter einige Sardellenfilets an. Sie passen zur Leber und sollen nur Würze geben. Die Sauce bilde ich dann aus Rotwein. Das für die Röstzwiebeln verwendete Mehl in der Pfanne dickt die Sauce etwas ein. Und auch die Röststoffe der Zwiebeln und der Leber in der Pfanne geben noch Würze, so dass man die Sauce nicht würzen muss.

Dazu als Beilage einfache Pasta.

[amd-zlrecipe-recipe:7]

Leber-Röllchen in Cognac-Sauce mit Bulgur



Mit Saucenspiegel

Ich hatte zwei Scheiben Leber übrig und entschied mich, daraus Röllchen zuzubereiten und sie anzubraten. Und dazu eine Cognac-Sauce zu machen. Als Beilage gibt es Bulgur.

Bei den Röllchen kann man seiner Phantasie freien Lauf lassen und kreativ sein. Ich habe zwei Scheiben gekochten Schinken verwendet. Dazu vorher die Leberscheiben mit Senf eingestrichen. Man kann auch Speckscheiben oder zwei Scheiben geräucherten Schinken verwenden. Anstelle der von mir verwendeten Peperonis kann man, wenn man es scharf mag, auch jeweils zwei rote Chili-Schoten als Füllung verwenden. Oder man gibt in die Röllchen noch jeweils eine Scheibe Hartkäse hinein. Oder, oder, oder ...

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Scheiben Rinderleber (à etwa 200 g)
- 2 Scheiben gekochter Schinken
- 2 Peperoni
- 2 Zweige frischer Rosmarin
- Parmesan
- 2 TL Senf
- Cognac

- Salz
- Pfeffer
- Butter
- 1 Tasse Bulgur

- Küchengarn

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Bulgur nach Anleitung zubereiten.

Blättchen vom Rosmarin abzupfen und kleinwiegen. Peperoni putzen.

Währenddessen zwei Scheiben Schinken auf ein Schneidebrett legen. Jeweils längs zwei Stücke Küchengarn unter die Schinkenscheiben ziehen. Leberscheiben darauflegen und jeweils mit etwa einem Teelöffel Senf bestreichen. Kräftig mit frisch geriebenem Parmesan bestreuen. Jeweils die Hälfte der Rosmarinblättchen in die Mitte der Röllchen geben. Jeweils eine Peperoni quer in die Mitte der Röllchen geben. Röllchen zusammenrollen und mit dem Küchengarn zusammenbinden.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Röllchen auf allen Seiten kross anbraten. Es sollen sich kräftige Röstspuren auf dem Topfboden bilden. Mit einem großen Schuss Cognac ablöschen. Flambieren. Röstspuren mit dem Kochlöffel vom Topfboden lösen. Sauce salzen und pfeffern. Noch zugedeckt einige Minuten köcheln lassen. Sauce abschmecken.

Röllchen herausnehmen, auf zwei Teller geben und Küchengarn entfernen. Bulgur zu den Röllchen geben. Sauce großzügig über den Bulgur geben. Servieren.

Leber-Geschnetzeltes mit Tomate-Chili-Nudeln in Rotwein-Sauce



Sehr fein

Ein feines Geschnetzeltes, mit Rinderleber zubereitet. In kurze Streifen geschnitten, nicht zu lange gegart, damit die Leber nicht trocken wird, sondern sie innen noch etwas rosé ist.

Die Sauce bereite ich aus trockenem Rotwein und Rotwein-Essig zu. Ich würze sie mit Salz, Pfeffer und Paprika-Pulver.

Für etwas Würze brate ich auch noch einige Sardellenfilets mit der Leber und den Zwiebeln an.

Dazu schmackhafte und aromatische, gewürzte Pasta.

Zutaten für 2 Personen:

- 300 g Rinderleber
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen

- 8 Sardellenfilets (Glas)
- trockener Rotwein
- 4 EL Rotwein-Essig
- süßes Paprika-Pulver
- Salz
- Pfeffer
- Butter
- 250 g Tomate-Chili-Nudeln

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Zwiebeln und Knoblauchzehen schälen. Zwiebeln in Streifen schneiden, Knoblauch kleinschneiden. Leber in kurze Streifen schneiden. Sardellenfilets grob zerkleinern.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Währenddessen Butter in einer Pfanne erhitzen und Zwiebeln und Knoblauch glasig dünsten. Sardellenfilets dazugeben und mit anbraten. Leber dazugeben und kurz anbraten. Mit Essig und einem Schuss Rotwein ablöschen. Mit Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer würzen. Verrühren und etwas köcheln lassen. Sauce abschmecken.

Pasta in zwei tiefen Nudeltellern anrichten. Leber-Geschnetzeltes mit viel Sauce darüber geben. Alternativ mit kleingewiegter, frischer Petersilie oder etwas frisch geriebenem Parmesan garnieren. Servieren.

**Gebratene Leber mit
Röstzwiebeln und**

Bratkartoffeln



Sehr lecker

Ah, endlich einmal wieder Leber. Ich habe schon lange keine Leber mehr gegessen.

Ich bereite passenderweise Röstzwiebeln dazu zu, die Zwiebelringe wende ich in Mehl und brate sie in Butterschmalz an.

Dazu gibt es Bratkartoffeln, die ich mit Schale zubereite, da ich Bio-Kartoffeln verwende.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Rinderleber
- 6 Bio-Kartoffeln
- 4 Zwiebeln
- 2 EL Mehl
- Salz

- Pfeffer
- Butterschmalz

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 15 Min.

Zwiebeln schälen und quer in Ringe schneiden. Mehl auf einen Teller geben und Zwiebelringe darin gut wenden.

Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und Zwiebelringe darin kross anbraten. Herausnehmen, auf einen Teller geben und warmhalten.

Kartoffeln quer in dünne Scheiben schneiden. Nochmals Butterschmalz in der Pfanne erhitzen und Kartoffelscheiben darin mehrere Minuten kross anbraten. Salzen und pfeffern. Herausnehmen, ebenfalls auf einen Teller geben und warmhalten.

Leberscheiben auf beiden Seiten gut salzen und pfeffern. Erneut Butterschmalz in die Pfanne geben. Leber auf jeder Seite etwa zwei Minuten anbraten, sie soll zwar durchgegart, aber innen noch leicht rosé sein.

Herausnehmen und auf zwei Teller verteilen. Bratkartoffeln dazugeben. Röstzwiebel auf den Leberscheiben verteilen. Servieren.

Hähnchenbrust mit Leberwurst-Sauce und Gobbetti



Leckerer Geflügel

Ich bereite mit Hähnchenbrust ein schnelles Gericht mit Pasta und Sauce zu.

Die Sauce stelle ich mit grober Leberwurst und etwas Sahne her. Man kann die Sauce auch mit feiner Leberwurst zubereiten. Würzen muss man nicht, die Sauce ist durch die Leberwurst würzig genug.

In das Gericht kommen noch Lauchzwiebeln, Zwiebeln und Knoblauch.

Zutaten für 2 Personen:

- 400 g Hähnchenbrust
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Zwiebeln
- 4 Knoblauchzehen
- 300 g grobe Leberwurst
- 200 ml Sahne
- 250 g Gobbetti
- Parmesan
- Butterschmalz

Zubereitungszeit: 6–8 Min.

Pasta nach Anleitung zubereiten.

Währneddessen Zwiebeln und Knoblauch schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebeln putzen und quer in Ringe schneiden.

Hähnchenbrust grob zerkleinern.

Butterschmalz in einem Topf erhitzen. Lauchzwiebeln, Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Hähnchenbrust dazugeben und kross anbraten. Leberwurst dazugeben. Sahne hinzugeben. Wurst gut verteilen und alles gut verrühren. Einige Minuten köcheln lassen.

Pasta in zwei tiefen Nudeltellern anrichten und großzügig Hähnchenbrust mit Sauce darüber geben. Mit frisch gemahlenem Parmesan garnieren. Servieren.

Leber-Apfel-Reis-Pfanne



Leckerer Gericht mit Leber, Apfel, Reis u.a.m.

Zu Leber passen traditionsgemäß Zwiebeln. Und auch Apfel. Letzteres entweder als Beigabe als Kompott. Oder auch mit der Leber zusammen gebraten.

Gern brate ich auch in der Pfanne, bevor ich Leber anbraten, einige eingelegte Sardellenfilets an, die geschmacklich auch gut zur Leber passen. Die Leber auf alle Fälle nur kurz anbraten, sie soll innen noch rosé sein.

Hier nehme ich einfach einmal alle Komponenten zusammen, gebe noch einige wie Kapern und Oliven dazu und mische auch den Reis unter. Das ergibt ein schmackhaftes Pfannengericht.

Als Äpfel habe ich die Sorte [Kanzi](#) zur Verfügung, die es in Deutschland schon länger gibt. Sie vereint die besten Eigenschaften der Elternsorten Gala und Braeburn in sich, ist saftig und leicht säuerlich.

Für etwas Sauce gebe ich einfach einen Schuss trockenen Weißwein dazu.

Mein Rat: Wie immer bei einem Pfannengericht, das Gericht

direkt aus der Pfanne essen.

Zutaten für 1 Person:

- 200 g Rinderleber
- 1/2 Tasse Reis
- 1/2–3/4 Apfel Kanzi
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 EL grüne Oliven
- 2 TL Kapern (Glas)
- 6–8 Sardellenfilets (Glas)
- trockener Weißwein
- grobes Meersalz
- bunter Pfeffer
- Schnittlauch
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Rinderleber grob zerkleinern. Apfel schälen, das Kerngehäuse entfernen und zerkleinern. Zwiebel schälen und in Streifen schneiden. Knoblauch schälen und kleinschneiden. Oliven quer in Ringe schneiden. Schnittlauch kleinschneiden.

Butter in einer Pfanne erhitzen. Zwiebel und Knoblauch hineingeben und darin andünsten. Apfel dazugeben und mit andünsten. Leber, Oliven, Sardellen und Kapern dazugeben und mit anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Einen Schuss Weißwein dazugeben. Alles etwas verrühren. Reis dazugeben und vermischen. Abschmecken. Mit Schnittlauch garnieren und servieren.

Panierte Rinderleber mit Rosenkohl-Speck-Gemüse



Sehr leckere Leber mit Gemüse

Ich habe Innereien eingekauft. Gleich eine größere Menge, etwa 3 kg. Da kann ich die kommende Zeit einige leckere Innereien-Gerichte zubereiten.

Wie immer war es preiswert. 3 kg Innereien kosteten etwa € 17,-, somit das Kilo etwa € 5,30. Da sollen sich Rumpsteak, Entrecôte und T-Bone-Steak eine Scheibe davon abschneiden.

Ich kaufe Innereien bei Rewe, der Supermarkt in meiner Nähe hat abgepackt in der Frischfleisch-Kühltruhe immer eine ganze Menge Innereien. Ich habe Pansen, Leber, Niere und Zunge gekauft. Ab und zu ist auch Flomen vorrätig.

Aus diesem Grund gibt es auch ein einfaches Innereien-Gericht. Ich paniere eine Scheibe Rinderleber und brate sie einfach kurz in der Pfanne an. Die Leber wird herrlich zart und schmeckt lecker.

Dazu gibt es eine ein wenig aufwändigere Beilage. Ich koche Rosenkohlröschen, brate Speck an und vermische beides. Dazu noch etwas gehackte Pinienkerne unterheben. Wer möchte, kann die Pinienkerne zu den Speckstreifen in die Pfanne geben und sie kurz anrösten.

Mein Rat: Selbst hergestellte Semmelbrösel für die Panade verwenden, die Panade wird knuspriger als wenn man ein industriell produziertes Produkt verwendet.

Noch ein Rat: Wie immer die klassische Zubereitung einer Panade mit drei Zutaten. Erst mehlieren, dann durch das Ei ziehen und schließlich durch die Semmelbrösel.

Zutaten für 1 Person:

- 200 g Rinderleber
- 250 g Rosenkohl
- 120 g durchwachsener Bauchspeck
- 10–15 g Pinienkerne
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 2–3 EL Semmelbrösel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Öl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 5 Min. | Garzeit 15 Min.

Rosenkohl putzen. Speck in kleine Streifen schneiden. Pinienkerne grob zerhacken.

Wasser in einem Topf erhitzen und Rosenkohl darin etwa 10 Minuten garen. Wasser abgießen und Röschen im Topf warmhalten.

Eine Pfanne ohne Fett auf einer Herdplatte erhitzen und Speck darin einige Minuten kross anbraten. Rosenkohlröschen dazugeben. Ebenfalls Pinienkerne hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen und alles gut vermischen. Auf einen Teller

geben und warmhalten.

Mehl, Ei und Semmelbrösel jeweils auf einen kleinen Teller geben. Mehl und Semmelbrösel verteilen, Ei verquirlen.

Leber auf beiden Seiten salzen und pfeffern. Erst auf jeweils beiden Seiten durch das Mehl, dann durch das Ei und schließlich durch die Semmelbrösel ziehen.

Aus den Speckstreifen ausgetretenes Fett in der Pfanne erhitzen und Leber etwa 2–3 Minuten auf jeder Seite kross anbraten. Herausnehmen, auf den Teller geben und alles servieren.

Mediterranes Herz-Leber-Ragout mit Reis



Leckeres, mediterranes Ragout

Ich bereite ein Pfannengericht mit Herz und Leber zu. Ich wähle für die Innereien Hähnchenherzen und -lebern. Ich brate die Herzen und Lebern nur kurz an. Die Lebern sind innen noch rosé, die Herzen als Muskelfleisch ebenso.

Für mediterranen Geschmack sorgt viel frischer Rosmarin. Für etwas Schärfe eine grüne Peperoni ohne Fett auf einer Herdplatte erhitzen und Speck darin auslassen. Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel dazugeben und mit anbraten. Peperoni dazugeben und auch mit anbraten. Herzen und Lebern dazugeben und kurz anbraten. Rosmarin dazugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gut vermischen..

Ich würze nur mit Salz und schwarzem Pfeffer.

Wer etwas Sauce am Ragout haben möchte, gibt einen Schuss Weißwein hinzu.

Dazu wähle ich als Beilage Basmatireis.

Zutaten für 2 Personen:

- 200 g Hähnchenherzen
- 200 g Hähnchenlebern
- 120 g durchwachsener Bauchspeck
- 2 Tassen Basmatireis
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 1 grüne Peperoni
- $\frac{1}{2}$ Topf Rosmarin
- Salz
- schwarzer Pfeffer

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 10 Min.

Herzen und Lebern von Fett befreien und Lebern grob zerkleinern. Speck in kurze Streifen schneiden.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden.

Lauchzwiebel und Peperoni putzen und in Ringe schneiden. Blättchen vom Rosmarin abzupfen und kleinwiegen.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Eine Pfanne ohne Fett auf einer Herdplatte erhitzen und Speck darin auslassen. Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel dazugeben und mit anbraten. Peperoni dazugeben und ebenfalls anbraten. Herzen und Lebern dazugeben und kurz anbraten. Rosmarin hinzugeben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Alles gut vermischen.

Reis in zwei tiefenTeller geben und Ragout darüber verteilen. Alles servieren.

Lebergeschnetztes in Ras-el-Hanout-Sauce mit Reis



Optisch nicht so ganz ansprechend

Wie vor kurzem das Lebergeschnetztes in einer Curry-Sauce, bereite ich Lebergeschnetztes in einer Ras-el-Hanout-Sauce zu.

Ich verwende diesmal Hähnchenlebern. Ich brate die Lebern nur kurz an, damit sie innen noch rosé sind.

Ras el-Hanout ist eine arabische Würzmischung und heißt „Chef des Ladens“, weil nur der Chef diese komplizierte Gewürzmischung herstellen darf.

Mein Rat: Selbst zubereiteten Gemüfefond verwenden anstelle von industriellem aus Brühpulver oder -würfel, es ergibt einen besseren Geschmack.

Zutaten für 1 Person:

- 220 g Hähnchenlebern
- 1 Tasse Basmatireis
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 300 ml Gemüfefond
- 2 TL Ras el-Hanout
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden.

Lebern grob zerkleinern. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Butter in einem kleinen Topf erhitzen und Lebern darin anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Noch etwas Butter hineingeben. Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebeln darin anbraten. Fond dazugeben. Ras el-Hanout hinzugeben. Alles verrühren und auf ein Viertel der Flüssigkeit reduzieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und

abschmecken. Lebern dazugeben und kurz erhitzen.

Reis in einen tiefen Teller geben und Lebern mit viel Sauce darüber geben. Alles servieren.

Lebergeschnetzeltes in Curry-Sauce mit Reis



Leckeres Geschnetzeltes mit viel Sauce und Reis

Rinderleber als Geschnetzeltes zubereitet.

Ich brate die Leber nur kurz an, damit sie innen noch rosé bleibt.

Ich bereite dazu eine Curry-Sauce zu. Dazu verwende ich Curry-Pulver und Gemüsefond. Ich reduziere die Sauce auf etwa ein Viertel der Flüssigkeit, um einen kräftigen Curry-Geschmack zu erhalten.

Mein Rat: Selbst zubereiteten Gemüsefond verwenden anstelle von industriellem Fond aus Brühpulver- oder wüfel ergibt einen besseren Geschmack.

Dazu als Beilage Basmatireis.

Zutaten für 1 Person:

- 200 g Rinderleber
- 1 Tasse Basmatireis
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Lauchzwiebel
- 300 ml [Gemüsefond](#)
- 2 TL Curry-Pulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 20 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Lauchzwiebel putzen und in Ringe schneiden.

Leber in grobe Stücke schneiden. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Reis nach Anleitung zubereiten.

Butter in einem Topf erhitzen und Leber darin kurz anbraten. Herausnehmen und auf einen Teller geben.

Noch etwas Butter in den Topf geben und Schalotte, Knoblauch und Lauchzwiebel darin anbraten. Fond dazugeben. Curry hinzugeben. Alles verrühren und auf ein Viertel der Flüssigkeit reduzieren. Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken. Leber in die Sauce geben und kurz erhitzen.

Reis in einen tiefen Teller geben und Lebergeschnetzeltes mit viel Sauce darüber geben. Alles servieren.

Panierte Leberröllchen mit Buschbohnen



Leckere Röllchen mit Bohnen

Diesmal Röllchen mit Rinderleber, auch frittiert. Leber an ja sich ist sehr fragil. Sie lässt sich nur sehr schwierig zu einem Röllchen formen und hält diese Form nicht. Nicht einmal Speckscheiben helfen dabei.

Ich nehme daher zusätzlich noch blanchierte Chinakohlblätter hinzu. Diese geben den Röllchen Stabilität. Außerdem kann man die Chinakohlblätter auch an den Seiten einschlagen, um die Leber gut zu wickeln.

Die Röllchen fülle ich mit Peperoni, Mozzarella und Rosmarin.

Eine Scheibe Rinderleber braucht im siedenden Fett der Friteuse nur 2–3 Minuten. Diese Röllchen sind jedoch recht kompakt und groß. Ich gebe ihnen daher 7 Minuten in der Friteuse.

Mein Rat: Wenn die Leber in den Röllchen innen nach dem Frittieren und Aufschneiden geringfügig ungegart ist, ist dies nicht besonders schlimm. Es ist Rinderleber. Man kann dem einfach mit einer Minute Nachgaren in der Mikrowelle abhelfen.

Die Röllchen sind sehr schmackhaft, die Lebern saftig und zart.

Als Beilage serviere ich Buschbohnen.

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Rinderleberscheiben (350 g)
- 6 Scheiben durchwachsener Bauchspeck
- 2 Chinakohlblätter
- 350 g Buschbohnen
- 1 grüne Peperoni
- 60 g Mozzarella
- 2 kleine Rosmarinzweige
- $\frac{1}{2}$ TL Bohnenkraut
- Salz
- schwarzer Pfeffer

- Küchengarn

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 15 Min. | Garzeit 20 Min.

Buschbohnen putzen. Wasser in einem Topf erhitzen und Bohnen darin 20 Minuten kochen. Herausnehmen, in eine Schüssel geben, Bohnenkraut dazugeben und mit Salz und Pfeffer würzen. Vermischen. Auf zwei große Teller verteilen. Warmhalten.

Währenddessen Wasser in einem Topf erhitzen und Chinakohlblätter darin einige Minuten blanchieren. Mit einem Schaumlöffel herausnehmen und nebeneinander auf ein großes Schneidebrett legen. Jeweils Strunk quer abschneiden. Jeweils längs vorsichtig zwei Stücke Küchengarn unterziehen.

Leberscheiben ebenfalls auf ein großes Schneidebrett geben und jeweils auf beiden Seiten salzen und pfeffern.

Fett in der Friteuse auf 180 °C erhitzen.

Peperoni putzen und halbieren. Längs aufschneiden. Inneres und Kerne entfernen. Mozzarella in zwei gleichgroße, quaderförmige Stücke schneiden.

Auf die Chinakohlblätter jeweils längs etwas versetzt drei Scheiben Speck legen. Lebern jeweils ebenfalls längs darauf legen. In die Mitte der Lebern quer jeweils zwei Peperonihälfte nebeneinander legen. Jeweils einen Zweig Rosmarin darauf geben. Jeweils ein Mozzarellastück darauf legen. Lebern mit Speck und Chinakohlblatt vom Ende mit dem Chinakohlblatt-Grün über Peperoni mit Rosmarin und Mozzarella vorsichtig umschlagen und zusammenrollen. Chinakohl jeweils an den Seiten gut einschlagen. Mit Küchengarn gut zusammenbinden. Für Stabilität quer noch ein Küchengarn unterziehen und Röllchen gut zusammenbinden.

Röllchen für 7 Minuten in die Friteuse geben. Nach 3 1/2 Minuten einmal im siedenden Fett wenden. Herausnehmen, jeweils ein Röllchen auf einen Teller zu den Bohnen geben und Küchengarn vorsichtig entfernen. Servieren.

Panierte Rinderlebern mit Zwiebelgemüse



Schöne Lebern mit Gemüse

Heute wollte ich aus besonderem Anlass eigentlich Stierhoden zubereiten. Aber ich musste sie bei einem Online-Shop bestellen. Und sie sind recht teuer. Da ich bei einer solchen Bestellung auch noch andere Innereien, Spezialitäten und Leckereien mitbestellen würde, wäre die Bestellung ziemlich kostspielig. Daher habe ich davon abgesehen. Und kann dieses Gericht heute nicht zubereiten.

Daher bemühe ich heute nochmals die Friteuse. Und bereite eine andere Innereie, panierte Rinderleber, zu.

Da die Leber Drüsengewebe ist, gebe ich ihr im siedenden Fett nur zwei Minuten. Das Innere darf gern noch etwas rosé sein.

Die panierten Lebern haben eine Anmutung wie Wiener Schnitzel.

Mein Rat: Zu Leber passen immer Zwiebeln. Deshalb gibt es als Beilage in Butter gebratene Zwiebeln. Auch Apfelmus passt zu Leber. Dies habe ich jedoch nicht vorrätig.

Zutaten für 1 Person:

- 2 Scheiben Rinderleber (200 g)
- 1 EL Mehl
- 1 Ei
- 3–4 EL Semmelbrösel
- 1 große Zwiebel
- 1 Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- scharfes Rosenpaprikapulver
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Butter

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 10 Min. | Garzeit 5 Min.

Zwiebel, Schalotte und Knoblauchzehen schälen. Zwiebel und Schalotte in Streifen schneiden, Knoblauch kleinschneiden.

Lebern auf ein Schneidebrett legen und jeweils auf beiden Seiten mit Paprika, Salz und Pfeffer würzen.

Fett in der Friteuse auf 180 °C erhitzen.

Jeweils auf einen kleinen Teller Mehl, Ei und Semmelbrösel geben. Ei verquirlen. Lebern erst durch das Mehl ziehen, dann durch das Ei und schließlich in den Bröseln wenden. Für zwei Minuten in das siedende Fett geben. Herausnehmen, auf ein Küchenpapier geben und abtropfen lassen.

Währenddessen Butter in einer Pfanne erhitzen und Gemüse darin einige Minuten anbraten. Salzen.

Lebern auf einen Teller geben, Gemüse dazugeben und alles servieren.

Innereien-Tarte



Schmackhafte und würzige Tarte

Ich hatte schon seit längerem überlegt, eine pikante Tarte mit Innereien zuzubereiten. Eine Tarte lässt sich ja mit Hackfleisch und Speck zubereiten. Also lässt sich auch eine Tarte mit Innereien zubereiten.

Ich verwende als Innereien Hähnchenherzen, -mägen und -lebern. Dazu gebe ich noch eine Schalotte und Knoblauch.

Die Tarte benötigt Röststoffe. Also dünste ich zuerst das Gemüse kurz an. Dann brate ich Herzen und Mägen als Muskelfleisch einige Minuten mit an. Lebern als Drüsengewebe werden nur ganz kurz mit angebraten. Vermutlich werden die Lebern beim 30-minütigen Backen der Tarte im Backofen etwas trocken.

Gewürzt wird kräftig mit gemahlenem Bockshornkleesamen und Kreuzkümmel.

Die Tarte ist sehr schmackhaft und würzig.

Zutaten:

Für den Teig:

- [Grundrezept](#)

Für die Füllung:

- 5 Eier
- 200 ml Sahne
- 200 g geriebener Gouda
- 1 große Schalotte
- 2 Knoblauchzehen
- 175 g Hähnchenherzen
- 175 g Hähnchenmägen
- 175 g Hähnchenlebern
- 1 $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Bockshornkleesamen
- 1 $\frac{1}{2}$ TL gemahlener Kreuzkümmel
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Zubereitungszeit: Vorbereitungszeit 20 Min. | Backzeit 30 Min.

Schalotte und Knoblauchzehen schälen und kleinschneiden. Fettgewebe muss bei den Innereien nicht entfernt werden, für die Verwendung der Innereien als Zutaten für die Tarte spielt das keine große Rolle. Herzen, Mägen und Lebern kleinschneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Schalotte und Knoblauch darin andünsten. Herzen und Mägen dazugeben und einige Minuten mit anbraten. Lebern dazugeben und kurz mit anbraten. Bockshornkleesamen und Kreuzkümmel hinzugeben. Kräftig mit Salz und Pfeffer würzen. Alles vermischen. In eine Schüssel geben und abkühlen lassen.

Eier aufschlagen und in eine Schüssel geben. Sahne dazugeben. Mit dem Schneebesen gut verrühren. Gouda dazugeben.

Innereienmischung dazugeben und alles mit dem Backlöffel gut verrühren.

Backform auf 180 °C Umluft erhitzen.

Füllung in den Tarte-Boden in der Spring-Backform geben und verteilen. Dies gelingt am besten durch rhythmisches Schütteln und Rotieren der Backform und dann mit dem Backlöffel. Backform auf mittlerer Ebene für 30 Minuten in den Backofen geben.



Schöne Tarte

Backform herausnehmen und auf ein Kuchengitter geben. Rand der Spring-Backform lösen. Tarte vorsichtig vom Backformboden auf das Kuchengitter geben. 1–2 Stunden gut erkalten lassen.