

# Marinierte Hüftsteaks

# Schweine-



Leckere Steaks

Diese Zubereitung bedarf eigentlich keiner Worte. Einfach 600 g in einer Kräuter-Marinade marinierte Schweine-Hüftsteaks. Vier Stück. Einfach Fett in der Pfanne erhitzen und die Steaks auf jeweils jeder Seite 2 Minuten kross anbraten. Ein Männer-Essen. Für den kleinen Hunger zwischendurch.

---

# Schweinefleisch

# mit

# Champignons und Zwiebeln in Hoisin-Sauce und Reis

Hier ein asiatisches Gericht, für das ich Schweine-Nackensteaks verwende.

Dazu als weitere Zutaten Champignons und Zwiebeln.

Die Sauce bilde ich aus Hoisin-Sauce, die normalerweise für die Zubereitung Ente verwendet wird. Aber man kann sie auch für Schweinefleisch verwenden.

Dazu als Beilage Langkorn-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:389]

---

# Gebratene Leber auf Schinken-Bett mit Reis

Ich wollte ursprünglich Leberröllchen, gefüllt mit kleingewürfelm, rohem Schinken, zubereiten.

Leider waren die Leberscheiben nicht sehr lang und breit, so dass ich sie für Röllchen hätte verwenden können. Sie waren eher dick und kurz.

Also entschied ich mich, die Leber einfach zu braten. Und zwar auf einem Bett aus kleingewürfelm, rohem Schinken. Dieses Bett habe ich noch etwas verfeinert mit roten Chili-Schoten und frischem Rosmarin.

Die Schärfe der Chili-Schoten passt sehr gut zu der Leber und der würzigen Sauce.

Das Sößchen bilde ich aus etwas Merlot.

Dazu wähle ich als Beilage Langkorn-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:371]

---

## Nieren-Ragout in Cognac-Sauce mit Reis



Beim Flambieren ...

Hier bereite ich ein Nieren-Ragout zu. Mit Zwiebeln und Knoblauch.

Die Sauce bilde ich aus Cognac, mit dem ich das Ragout flambiere. Und etwas Gemüsefond.

Ich würze noch zusätzlich mit süßem Paprika-Pulver, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker. Und gebe für ein bestimmtes Aroma kleingewiegten, frischen Rosmarin hinzu.

Die Zwiebeln schmelzen beim Dünsten und anschließenden Schmoren des Ragouts sehr gut und geben der Sauce eine sämige und schlotzige Konsistenz.

Das Ragout gelingt sehr kräftig, würzig und schmackhaft.

Dazu als Beilage einfachen Langkorn-Reis.

[amd-zlrecipe-recipe:370]

---

## **Niere in Tomaten-Weißwein-Sauce mit Pasta**

Ich bereite die Nieren im Ganzen zu.

Aufgrund ihrer Dicke benötigen sie in der Tomaten-Weißwein-Sauce nur etwa 5 Minuten, dann sind sie durchgegart, aber noch zart und rosé innen.

Als Beilage wähle ich einfach Pasta.

Die Nieren bekommen vor dem Servieren noch ein Parmesan-Häubchen.

[amd-zlrecipe-recipe:366]

---

# Schweine-Nackensteaks mit Kräuterbutter

Wie immer jeden Monat gibt es einmal wieder leckere Steaks. Pur. Ohne Beilage.

Ich habe diesmal Schweine-Nackensteaks gewählt. Diese sind in einer Paprika-Marinade mariniert und schon fertig gewürzt.

Aufgrund der Dicke der Steaks von gut 2 cm brate ich die Steaks auf jeweils jeder Seite gute 4 Minuten. So erhalte ich schön medium gegarte Steaks.

Ich gebe noch zusätzlich für mehr Würze Kräuterbutter auf die Steaks.

Jeder kann diese Steaks zubereiten. Sie eignen sich auch gut für den Grill. Mangels eines Balkons oder eines Gartens mit Terasse, wo ich einen Grill aufstellen könnte, muss ich jedoch die Steaks in der Küche auf dem Herd in einer schmiedeeisernen Pfanne zubereiten.

Die Zubereitung ist einfach und in wenigen Sätzen beschrieben.

[amd-zlrecipe-recipe:349]

---

# **Frittiertes Schweineherz mit Triangoli**

Ich hatte von einer Zubereitung von Pommes frites noch die Friteuse in der Küche stehen und dachte mir, damit könne ich auch noch schnell etwas anderes zubereiten.

Ich entschied mich für Schweineherz.

Dazu bereite ich frische Pasta zu. Und zwar Triangoli, das ist frische Pasta gefüllt mit Käse. Die Pasta garniere ich kurz vor dem Servieren noch mit Kräuterbutter.

Ich frittiere das Schweineherz etwa 5 Minuten im siedenden Fett in der Friteuse, damit gelingt das Herz medium und ist sehr schmackhaft und lecker.

[amd-zlrecipe-recipe:333]

---

# **Haschee in Soja-Sauce mit Vollkorn Pennette Rigate**

Dieses Mal ein einfaches Hackfleisch-Gericht. Gemischtes Hackfleisch, angebraten mit kleingeschnittener Zwiebel und Knoblauch.

Die Sauce bereite ich mit dunkler Soja-Sauce zu. Und verlängere sie ein wenig mit Wasser.

Als Beilage wähle ich Vollkorn Pennette Rigate.

Ich garniere das Gericht noch mit frischer, kleingewiegter Petersilie.

[amd-zlrecipe-recipe:302]

---

# **Frikadellen, Bratkartoffeln und Rahmspinat**

Hausmannskost.

Firkadellen aus gemischtem Hackfleisch, zusätzlich Eier, Zwiebeln und Semmelbrösel. Gewürzt mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Bratkartoffeln, wie man sie einfach zubereitet. Gegarte Kartoffeln, in dünne Scheiben geschnitten, in Öl gebraten und mit Salz und Pfeffer gewürzt.

Und Rahmspinat, hier ein Convenience-Produkt, also Tiefkühlware. Garniert mit einem Schuss Sahne. Sozusagen mit dem Blubb, wie man es aus der Werbung kennt.

[amd-zlrecipe-recipe:289]

---

# Schweinelungen-Ragout in Weißwein-Sauce mit Hörnchennudeln

Viele Menschen denken, dass man das nicht machen kann, dass das nicht geht, ein Innereien-Gericht zuzubereiten. Innereien seien Abfallprodukte. Das ist leider falsch. Innereien sind lecker und schmackhaft. Sie sind nährstoff- und vitaminreich. Und sie sind obendrein noch sehr preiswert.

Hier bereite ich ein Schweinelungen-Ragout zu.

Dazu bereite ich ein Sößchen aus trockenem Weißwein zu. Ich würze die Sauce nur mit süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Und lasse das Ragout eine Stunde zugedeckt bei geringer Temperatur schmoren.

Die Lunge ist danach sehr weich und zart und schmeckt einfach hervorragend.

Dazu gibt es als Beilage Hörnchennudeln.

[amd-zlrecipe-recipe:228]

---



# Gefüllte Frikadellen

Ich bereite recht große Frikadellen zu, die ich mit einigen Zutaten fülle.

Eine Frikadelle ist ausreichend für eine Person, da ich pro Frikadelle 250 g Hackfleisch verwende.

Dazu bilde ich ein Sößchen mit einem Schuss Soave.

[amd-zlrecipe-recipe:225]

---

# Herz-Ragout in Weißwein-Sauce mit Fettucine

Diesmal ein leckeres Ragout, zubereitet aus Schweineherz.

Ich brate das kleingeschnittene Herz zusammen mit Champignons, Schalotten, Lauchzwiebeln und Knoblauch an. Und lösche mit einem sehr großen Schuss Soave ab.

Ich würze mit Garam Masala, Kreuzkümmel, süßem Paprika-Pulver, Salz und Pfeffer.

Das Ganze lasse ich eine Stunde lang köcheln.

Es ergibt eine sehr leckere, schmackhafte Sauce.

Dazu wähle ich als Beilage frische Fettucine.

[amd-zlrecipe-recipe:223]

---

## **Leber-Ragout in Rotwein-Sauce mit Basmatireis**

Ein feines Ragout. Mit Schweineleber.

Dazu roter Spitzpaprika, Schalotten, Knoblauch, Lauchzwiebeln und braunen Champignons.

Kurz in Butter gebraten, dann mit einem trockenen Rotwein abgelöscht.

Gewürzt nur mit Salz und Pfeffer.

Dazu als Beilage Basmatireis.

[amd-zlrecipe-recipe:222]

---

## **Schweinehirn in Tomaten-Sugo mit Fettuccine**

Schweinehirn, in siedendem Salzwasser blanchiert, dann in kleine Stücke zerteilt und in Butter schön kross angebraten. Das schmeckt einfach lecker.



---

# Schweineherz-Steak mit Tomaten-Champignon-Gemüse

Nach den zwei Wochen der „Pasta“ nun endlich wieder ein Gericht mit Fleisch, oder besser gesagt, mit einer Innereie.

Ich bereite Schweineherz-Steaks zu, die ich einfach in Butter anbrate.

Dazu gibt es ein kleines Gemüse aus Tomaten und Champignons.

Das Gemüse verfeinere ich ein wenig mit kleingewiegter Petersilie.

Das Steak gelingt sehr gut, ist sehr schmackhaft und innen noch leicht rosé.

[amd-zlrecipe-recipe:188]