

Innereien und Schlachtnebenprodukte

Verpönte Leckerbissen

Innereien, Bäcklein, Füsse oder Zunge – diese Produkte essen die meisten Schweizer selten. Zu Unrecht, denn aus kulinarischen und ökologischen Gründen sollten sie nicht verachtet werden.

TEXT: MICHAELA SCHLEGEL
FOTOS: CHRISTOPH KAMINSKI

Als eine «spannende Herausforderung» empfindet Koch Simon Schneeberger die Ablehnung vieler Leute gegen Innereien (Nieren, Herz, Leber etc.) und Schlachtnebenprodukte (Schwanz, Kopf, Füsse und Ähnliches). «Man muss die Gäste ein bisschen draufhupfen. Wenn man die ganzen Vorurteile dann beseitigt hat und sie sich auf die Textur und die Geschmäcker einlassen, erkennen sie, dass etwa ein Herz oder eine Zunge sehr delikate sein kann», meint er. So erging es auf alle Fälle seinen Gästen, denen er kürzlich «Schweineereien von Kopf bis Fuss» – sprich Kalbsmilken, Schweinsleber oder Zunge – servierte: «Einige hatten ein paar Startschwierigkeiten, aber sobald sie angefangen haben, hatten sie den Plausch.»

Zieren konnten sich die Gäste nicht, denn wenn Schneeberger seine Überraschungsmenüs kocht, wird gegessen, was auf den Tisch kommt. Dabei handelt es sich aber immer um saisonale Speisen aus der Region Wetzikon, wo der junge Koch in einer ehemaligen Fabrikhalle wirkt, in der heute unter anderem ein Eventgasträum, Schneebergers Refugium,

untergebracht ist (mehr Informationen dazu unter www.daspure.ch). Schneeberger ist es wichtig, das ganze Tier zu verwerten und so wenig wie möglich wegzuworfen: «Ein Tier besteht schliesslich nicht nur aus Muskelfleisch.»

Die Abneigung gegen Innereien und Nebenprodukte hat sich bei Frau und Herr Schweizer erst in den letzten Jahrzehnten eingebürgert. Noch in den Kochbüchern unserer Grossmütter sind Hirn, Herz und Nieren als Zutaten oft vertreten. Die Zurückhaltung kann zum einen auf die Diskussionen um BSE oder Schwermetall-Rückstände zurückgeführt werden. Ein anderer Grund sei die gestiegene Kaufkraft der Schweizer, wie der Bauernverband in seiner Studie «Wie ernährt sich die Schweiz? Ein Situ-

ationsbericht (2012)» beschreibt. Dadurch könnten es sich die Leute hierzulande erlauben, die Rosinen aus dem Kuchen zu picken.

Heute setzen sich Organisationen wie etwa Slow Food wieder für die vermehrte Verwertung von Innereien und Nebenprodukten in der Schweiz ein. Neben ökologischen Aspekten findet Schneeberger diese Produkte auch kulinarisch spannender, da man kreativer sein könne als etwa bei einem Filet.

Bei der Zubereitung von diesen Stücken gelte «entweder dreissig Sekunden oder mehrere Stunden». Für die Schweinsohren und die Kalbszunge, die er uns heute kocht, gilt Letzteres: Beide hat er während vier Stunden in Wasser zusammen mit Sellerie, Rübli, Lauch und einer angerösteten Zwiebel ►►

Buchtipps: Innereien

Mit der nötigen Prise Humor hat der französische Koch Stéphane Reynaud Rezepte und Fakten zum Thema Innereien zusammengestellt. Nicht für jedermann, aber für Liebhaber und Neugierige ein Muss. Mit einfachen Rezeptideen, gluschtigen Bildern und nützlichen Tipps.

Stéphane Reynaud: «Innereien: Feine Küche mit Leber, Herz und Nieren», Christian Verlag GmbH, München. Im Handel oder für Fr. 37.- plus Fr. 5.- Versandkosten unter:

► link
www.coopzeitung.ch/shop





Seit Simon Schneeberger für «dasPure» kocht, hat er viel über alte Rezepte und Konservierungsmethoden gelernt.

►► köcheln lassen. «Die Stücke sind gar, wenn man eine Gabel reinstecken kann und sie daran runterstrecken», verrät Schneeberger. Nach dem Köcheln sehen die Öhrchen und die Zunge nicht gerade zum Reinbeissen aus, doch noch sind sie nicht fertig. Obwohl man die Zunge auch schon jetzt essen könnte, «einfach fein schneiden, ein bisschen Zwiebeln, Vinaigrette und Kapern darüber und als Carpaccio servieren – herrlich!», schwärmt Schneeberger. Doch heute kombiniert er sie mit Kürbisgnocchi, Kürbisgemüse, Cicorino rosso und Kapern, «ein ideales Zusammenspiel von Säure und Süsse». Die Schweinsohren hingegen würde der Koch nicht so essen. «Ganz finde ich die nicht bekömmlich, da sie sehr mastig sind.» Darum schneidet er sie in feine Stücke, die er dann frittiert und nach asiatischer Art mit Gemüse aus dem Wok und einer Austernsauce serviert. Fertig sehen die beiden Gerichte nun genauso edel aus wie etwa ein Filet Mignon. ■



Die Kalbszunge ist aufgrund ihrer zarten Konsistenz eine besondere Delikatesse. Sie ist fettarm und nährstoffreich. Innereien und Schlachtnebenprodukte sollten am besten beim Coop-Metzger drei Tage im Voraus bestellt werden.

Mehr Infos sowie das Rezept für frittierte Schweinsohren auf asiatischem Gemüse online unter:

link www.coopzeitung.ch/innereien

Kalbszunge mit Kürbisgnocchi und Cicorino rosso an Rotwein mit Kapern und eingemachtem Kürbis

Für 4 bis 6 Personen

Zutaten:

2 Kalbszungen, ca. 600 g
Suppengemüse: Karotten, Sellerie, Lauch, angebratene Zwiebel
Kürbisgnocchi, 300 g
1 Cicorino rosso
rote Zwiebeln
grosse Kapern (von Pantelleria)
1 Butternusskürbis, ca. 500 g
Rotwein
Butter
Salz und Pfeffer
Essig
Zucker
Kürbiskerne und Kürbiskernöl zum Garnieren

Vorbereitung

Kalbszungen mit Suppengemüse und gerösteter Zwiebel während ca. vier Stunden köcheln (Gabelprobe), im heissen Zustand die äusserste Haut abziehen. Kalt stellen. Kürbis schälen, entkernen, in mundgerechte Stücke schneiden, salzen und für mind. 30 Min. ziehen lassen. Eine 1-2-3-Lake (1 Teil Essig, 2 Teile Zucker, 3 Teile Wasser) herstellen. Die gesalzenen Kürbiswürfel in ein Konfi-Glas geben und mit heisser Lake auffüllen. Sterilisieren. Zwiebel und Knoblauch klein schneiden und Cicorino in Spalten schneiden (Strunk nicht entfernen).



Zubereitung

Kalbszungen der Länge nach dünn aufschneiden. Gnocchi in reichlich gesalzenem Wasser kochen. Zwiebeln und Knoblauch andünsten. Cicorino, Kapern und den eingemachten Kürbis begeben und mitdünsten. Mit Rotwein ablöschen und mit etwas Butter, Salz und Pfeffer würzen, ca. zwei Minuten einkochen. Zunge und Gnocchi zugeben und nochmals ca. 1-2 Minuten kochen, bis sie warm sind. Schwenken und anrichten, mit gerösteten Kürbiskernen und Kürbiskernöl garnieren.