



Saftiges Kotelett mit Salbei

dazu Fenchelrisotto und Rucolasalat



30-40Min.



3-4 Personen

Was ist noch besser als ein sowieso schon köstliches Fenchelrisotto? Richtig! Fenchelrisotto mit saftigem Schweinekotelett und knackigem Rucolasalat! Heute in deiner Box, wo sonst?!

Was du von uns bekommst

- Risottoreis
- Knoblauchzehe
- Fenchel
- Geflügelbrühwürfel⁹
- Butter⁷
- Schweinekotelett
- frischer Salbei
- Rucola
- Zwiebel

Was du zu Hause benötigst

- Essig
- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer

Küchenutensilien

- 2 große Pfannen
- Messbecher
- Wasserkocher

Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Kann Spuren von Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 865.0kcal, Fett 32.9g, Eiweiß 53.8g, Kohlenhydrate 87.0g



1. Zwiebel schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken. Die **Salbeiblätter** von den Stängeln zupfen. 1,5L Wasser in einem Wasserkocher aufkochen und die **Brühwürfel** im heißen Wasser auflösen.



2. Gemüse anbraten

Den **Fenchel** halbieren, den Strunk entfernen und den **Fenchel** in kleine Würfel schneiden. Den **Fenchel** in einer großen Pfanne oder in einem Topf mit 1EL bei mittlerer Hitze ca. 2-3Min. anbraten. Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** zugeben und 1-2Min. mitbraten.



3. Risotto kochen

Den **Reis** unter Rühren und ca. 1Min. anrösten. Die Hitze reduzieren und nach und nach etwas **Brühe** unter Rühren zum **Reis** hinzufügen und köcheln lassen, bis der **Reis** die **Brühe** aufgesogen hat. Diesen Vorgang ca. 18-20Min. lang wiederholen, bis die **Brühe** aufgebraucht und der **Reis** gar ist. Eventuell wird nicht die gesamte Flüssigkeit benötigt.



4. Vinaigrette mischen

Den **Rucola** ggf. verlesen und die Enden abschneiden. Aus 1EL Olivenöl, 1-2TL Essig, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette rühren.



5. Fleisch anbraten

Die **Koteletts** trocken tupfen und in einer großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze goldbraun anbraten, bis sie gar sind. Das **Fleisch** aus der Pfanne nehmen und die **Butter** hineingeben. Die Pfanne vom Herd nehmen und den **Salbei** zur **Butter** geben. Dann das **Fleisch** wieder in die Pfanne geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken.



6. Anrichten und servieren

Das **Risotto** noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den **Rucola** mit der **Vinaigrette** vermischen. Die **Koteletts** mit dem **Risotto** und dem **Rucolasalat** anrichten und servieren.

Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Aus 100% Altpapier • Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.     **#marleyspooning**