

MARLEY SPOON



Schweinekotelett mit Rosenkohl

und Kartoffelstampf mit Röstzwiebeln



30-40Min.



2 Personen

Wir sind begeistert! Ein Kartoffelpüree verfeinert mit Crème fraîche und garniert mit gerösteten Zwiebeln, saftige Schweinekoteletts und Rosenkohl. Das i-Tüpfelchen: die Sauce - cremig zart und wunderbar herzhaft. Setzt die Kinder an den Tisch und genießt euer köstliches Mahl!

Was du von uns bekommst

- 1 Packung Schweinekotelett
- 500g mehligkochende Kartoffeln
- 1 Becher Crème fraîche ⁷
- 1 Zwiebel
- 1 Packung Rosenkohl
- 2 Päckchen mittelscharfer Senf ¹⁰

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Weizenmehl ¹
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Auflaufform
- Backofen mit Umluft oder Ober-/Unterhitze
- große Pfanne
- Kartoffelstampfer
- Messbecher
- mittelgroßer Kochtopf
- Sieb

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

Allergene

Gluten (1), Milch (7), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 817.0kcal, Fett 46.1g, Eiweiß 44.8g, Kohlenhydrate 49.6g



1. Kartoffeln schälen

Den Backofen auf 200°C Umluft (220°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. In einem mittelgroßen Topf ausreichend leicht gesalzenes Wasser für die **Kartoffeln** zum Kochen bringen. Die **Kartoffeln** schälen und je nach Größe vierteln oder halbieren.



2. Kartoffeln kochen

Die **Kartoffeln** in das kochende Wasser geben und ca. 15-20Min. kochen. Mit einem Messbecher ca. 1 Tasse Kochwasser abschöpfen. Die **Kartoffeln** in ein Sieb abgießen, kurz abtropfen lassen, zurück in den Topf geben und mit der **1/2 der Crème fraîche** zu einem **Püree** stampfen, dabei nach Bedarf noch etwas Kochwasser hinzufügen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



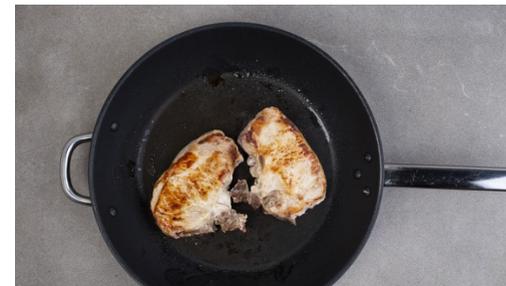
3. Rosenkohl vorbereiten

Vom **Rosenkohl** den Strunk abschneiden, die äußeren Blätter entfernen und den **Rosenkohl** halbieren. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in dünne Halbringe schneiden. Die **Zwiebelringe** voneinander trennen und in ca. 1EL Mehl wenden.



4. Rosenkohl backen

Eine Auflaufform mit 1-2EL Olivenöl ausstreichen. Den **Rosenkohl** mit der Schnittseite nach unten in die Form geben, mit Salz und Pfeffer bestreuen und ca. 15Min. im Ofen knusprig backen. Nach ca. 10Min. den **Rosenkohl** wenden.



5. Fleisch braten

Die **Koteletts** in einer großen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite 2-3Min. scharf anbraten, bis sie goldbraun und gar sind. Aus der Pfanne nehmen, salzen und pfeffern und abgedeckt warm halten. Die **Zwiebeln** in derselben Pfanne im Bratfett ca. 3-4Min. knusprig braten, aus der Pfanne nehmen und auf etwas Küchenkrepp abtropfen lassen.



6. Sauce zubereiten

Die Pfanne erneut erhitzen und den Bratensatz mit 75-100ml Wasser ablöschen. Die **restliche Crème fraîche** und **Senf nach Geschmack** einrühren. Die **Sauce** bei mittlerer Hitze etwas andicken lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Koteletts** mit dem **Püree** und dem **Rosenkohl** anrichten. Die **Zwiebeln** auf dem **Püree** verteilen 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](#)