

# MARLEY SPOON



## Schweinekotelett mit Rosenkohl

und Kartoffelstampf mit Röstzwiebeln



30-40Min.



3-4 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 Rosenkohl
- 2 Päckchen mittelscharfer Senf<sup>10</sup>
- 1 Packung Schweinekoteletts
- 1kg mehligkochende Kartoffeln
- 1 Becher Crème fraîche<sup>7</sup>
- 2 Zwiebeln

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Weizenmehl<sup>1</sup>
- 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 671.0kcal, Fett 30.9g, Eiweiß 43.7g, Kohlenhydrate 48.4g



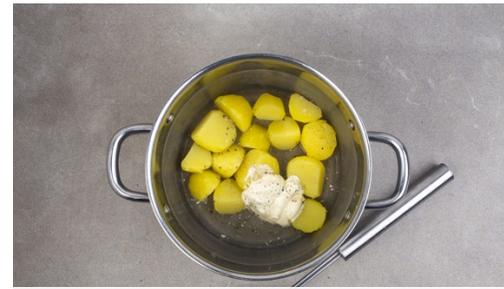
### 1. Kartoffeln schälen

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.



### 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.



### 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.



### 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.



### 3. Rosenkohl vorbereiten

Vom **Rosenkohl** den Strunk abschneiden, die äußeren Blätter entfernen und den **Rosenkohl** halbieren. Die **Zwiebeln** schälen, halbieren und in dünne Halbringe schneiden. Die **Zwiebelringe** voneinander trennen und in 1-2EL Mehl wenden.



### 6. Sauce zubereiten

Die Pfanne erneut erhitzen und den Bratensatz mit 100-150ml 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](https://marleyspoon.de) an.     **#marleyspooning**