

MARLEY SPOON



Kotelett mit Ofenkartoffeln

und Spinatsalat, dazu Paprikasalsa



30-40Min.



2 Personen

Bei diesem köstlichen Gericht langen alle gerne zu: Es gibt saftige Schweinekoteletts mit gerösteten Ofenkartoffeln und einer süchtig machenden Paprika-Zwiebel-Salsa. Dazu gibt es einen knackigen Spinatsalat, der mit einem feinen Senfdressing aus der Pfanne angemacht wird.

Was du von uns bekommst

- 500g mehligkochende Kartoffeln
- 1 rote Paprika
- 1 Packung Babyspinat
- 1 rote Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Packung Schweinekotelett
- 1 Päckchen Tomatenketchup⁹
- 1 Päckchen Sambal Oelek
- 1 Päckchen mittelscharfer Senf¹⁰

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Olivenöl

Küchenutensilien

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- große Pfanne

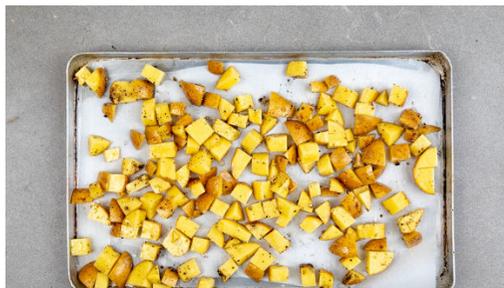
Vergiss nicht, dein Gemüse noch mal gut abzuwaschen, bevor du es verwendest.

Allergene

Sellerie (9), Senf (10). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

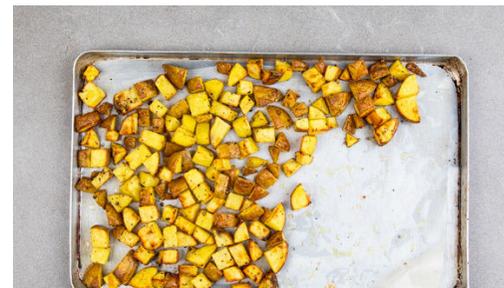
Nährwertangaben pro Portion

Kalorien 610.0kcal, Fett 23.8g, Eiweiß 40.6g, Kohlenhydrate 52.3g



1. Kartoffeln vorbereiten

Den Backofen auf 220°C Umluft (240°C Ober-/Unterhitze) vorheizen. Die **Kartoffeln** mit Schale in 1-2cm große Stücke schneiden, mit 1-2EL Olivenöl sowie Salz und Pfeffer vermengen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech geben



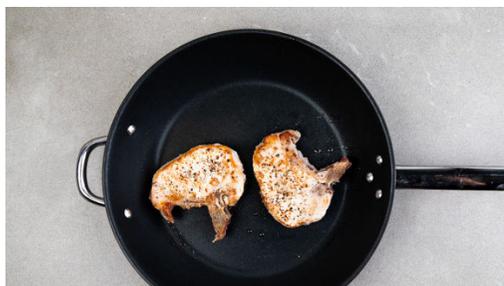
2. Kartoffeln rösten

Die **Kartoffeln** im Ofen 20-25Min. backen, bis sie knusprig und gar sind.



3. Paprika schneiden

Die **Paprika** vierteln, entkernen und fein würfeln. Den **Spinat** verlesen, nach Wunsch grob hacken. Die **Zwiebel** schälen und halbieren, **eine Hälfte** in dünne Streifen, die **andere Hälfte** in feine Würfel schneiden. Den **Knoblauch** schälen und fein hacken.



4. Fleisch braten

Das **Fleisch** mit etwas Küchenkrepp trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und in einer großen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl bei starker Hitze auf jeder Seite 1-2Min. scharf anbraten. Das **Fleisch** während der letzten 7-8Min. mit den **Kartoffeln** im Ofen garen, bis dahin auf einem Teller beiseitestellen. Die Pfanne aufbewahren.



5. Salsa zubereiten

Den **Ketchup** mit dem **Sambal Oelek** verrühren, dann die **Paprikawürfel** und die **Zwiebelwürfel** untermischen und mit Salz würzen. **Tipp:** Das **Sambal Oelek** ist sehr scharf, die Menge am besten an den persönlichen Geschmack anpassen. Wer den Geschmack von **rohen Zwiebeln** nicht mag, kann diese vorher kurz in der Pfanne anbraten.



6. Anrichten und servieren

Die **Zwiebelstreifen** und den **Knoblauch** in der Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 2-3Min. anbraten. Den **Senf** mit 1-2TL Essig verrühren, die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** untermischen und anschließend mit dem **Spinat** vermengen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Die **Koteletts** mit den **Ofenkartoffeln**, dem **Spinatsalat** und der **Salsa** 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**