



Schweinekotelett mit Pesto

dazu Risotto und Rosmarintomaten



30-40min



2 Personen

Heute in deiner Box: ein saftiges Schweinekotelett, das in der Pfanne scharf angebraten und mit grünem Pesto bestrichen wird. Dazu servierst du ein cremiges Risotto mit aromatischen Rosmarin-Cherrytomaten.

Was du von uns bekommst

- 150g Kirschtomaten
- 10g frischer Rosmarin
- 1 Geflügelbrühwürfel 9
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zwiebel
- 90g grünes Pesto 3,7,15
- 200g Risottoreis
- 20g italienischer Hartkäse 7
- 1 Packung Schweinekoteletts

Was du zu Hause benötigst

- Olivenöl
- Salz
- Schwarzer Pfeffer
- Zucker

Küchenutensilien

- Auflaufform oder Backblech
- Backofen
- große Pfanne
- Küchenreibe
- Messbecher
- mittelgroße Pfanne
- Wasserkocher

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Eier (3), Milch (7), Sellerie (9), Nüsse (15). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 885kcal, Fett 38.4g, Kohlenhydrate 88.4g, Eiweiß 46.0g



1. Risotto vorbereiten

Den Backofen auf 200°C Umluft oder 220°C Ober-/Unterhitze vorheizen. Die **Zwiebel** und den **Knoblauch** schälen, halbieren und in feine Würfel schneiden. Die **Rosmarinblätter** von den Stängeln zupfen und fein hacken. 600ml Wasser in einem Wasserkocher aufkochen und den **Brühwürfel** in dem heißen Wasser auflösen.



4. Koteletts braten

Die **Koteletts** von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen und in einer mittelgroßen Pfanne mit 1-2EL Olivenöl ca. 3-4Min. von jeder Seite anbraten, bis das **Fleisch** goldbraun und gar ist. Dann von der Hitze nehmen und mit dem **Pesto** bestreichen.



2. Risotto ansetzen

In einer großen Pfanne 1-2EL Öl mittelhoch erwärmen und die **Zwiebel** darin ca. 1-2Min. farblos anschwitzen. Den **Risottoreis** hinzugeben und ca. 1Min. mitbraten. Dann nach und nach mit der **Brühe** ablöschen und immer wieder rühren, bis der **Reis** sämig und bissfest ist und die gesamte **Brühe** aufgenommen hat - das dauert ca. 18-20Min.



5. Käse reiben

Inzwischen den **Käse** fein reiben.



3. Kirschtomaten backen

Zwischendurch die **Kirschtomaten** halbieren und mit der Schnittfläche nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Backblech oder in eine Auflaufform geben. Mit Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker, **Knoblauch** und **Rosmarin** bestreuen und mit 1-2EL Olivenöl beträufeln. Im Ofen ca. 8-10Min. garen, bis die **Tomaten** weich werden und leicht angeröstet sind.



6. Risotto fertigstellen

Sobald der **Reis** gar ist, den **Käse** untermischen und das **Risotto** mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Risotto** mit den **restlichen Tomaten** und **dem Saft** garnieren und mit den **Koteletts** servieren.