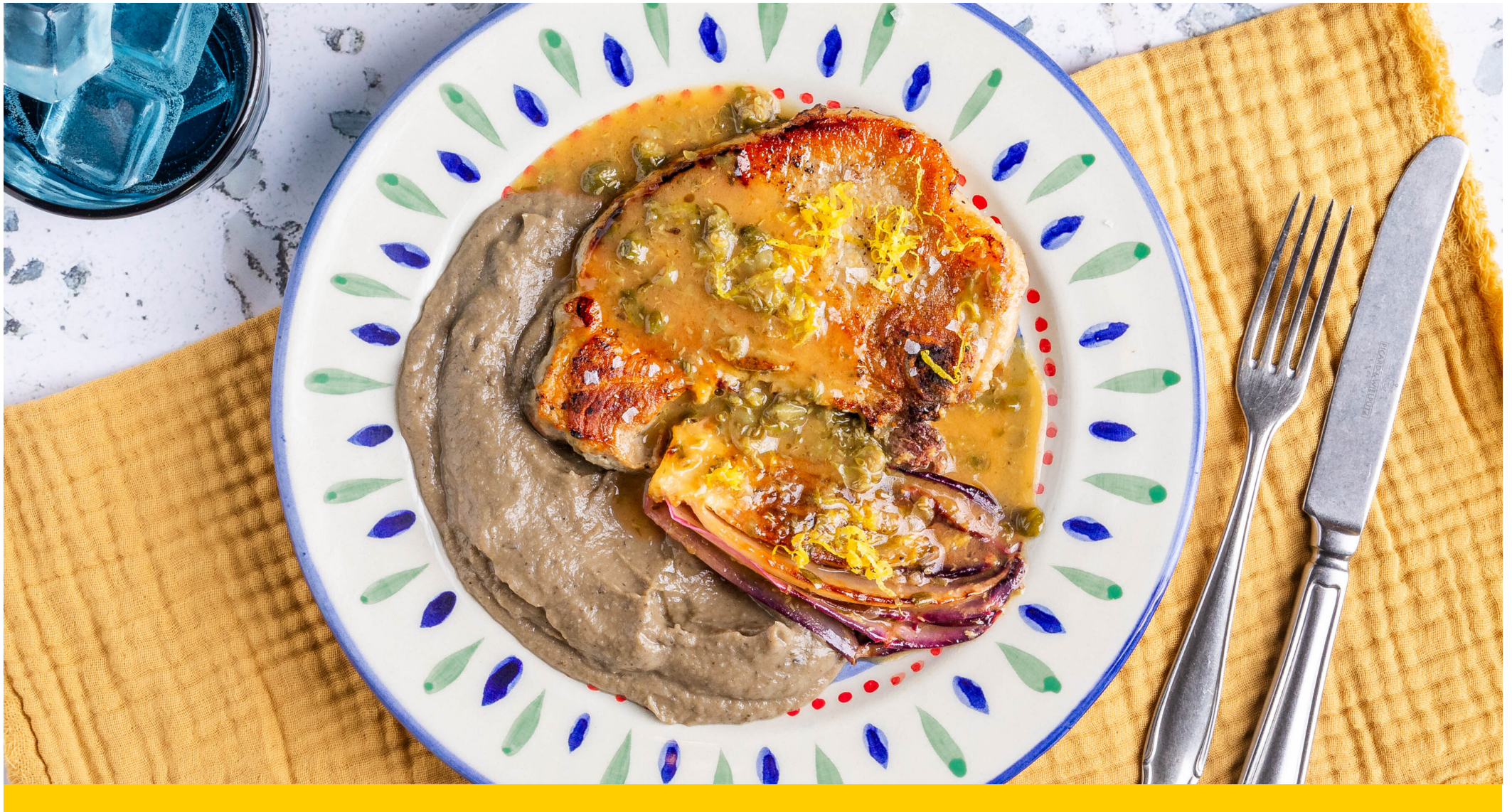




Kotelett in Zitronen-Kapern-Sauce

mit gebratenem Chicorée auf Auberginenpüree



ca. 35min



2 Personen

Heute geht es in deiner Küche höchst luxuriös zur Sache! Saftige Schweinekoteletts werden mit zur Perfektion gebratenem Chicorée auf einem feinen Auberginenpüree angerichtet. Die raffinierte Sauce mit Kapern und Zitronensaft sowie -schale sorgt für eine ausgewogene säuerliche Note und hübsche farbliche Akzente. Dieses Gericht wird schnell dein neuer Favorit - versprochen!

- 1 große Aubergine
- 1 roter Chicorée
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Packung Kapern
- 1 Päckchen Hühnerbrühwürz
- 2 Schweinekoteletts
- 25g Misopaste ^{1,3}

- 1EL Butter ²
- ½EL Weizenmehl ¹
- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl

- Backofen
- Backblech und Backpapier
- mittelgroße Pfanne mit Deckel
- mittelgroße Pfanne
- Stabmixer mit hohem Gefäß
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse

Allergene
Gluten (1), Milch (2), Sojabohnen (3).
Kann Spuren von anderen Allergenen
enthalten.

Energie 588kcal, Fett 40.1g,
Kohlenhydrate 21.6g, Eiweiß 39.5g



Die **Aubergine** in ca. 0,5cm kleine Würfel schneiden und in einer mittelgroßen Pfanne mit 2EL Olivenöl bei mittlerer Hitze 1-2Min. anbraten. Mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen und ausreichend Wasser zugeben, sodass der Boden der Pfanne bedeckt ist. Einen Deckel auflegen und die **Auberginen** in 5-8Min. weich garen.



Das **Fleisch** aus der Pfanne nehmen und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech im Ofen warm halten. Die **Schnittflächen des Chicorées** mit je 1 Prise Salz und Zucker an einreiben, dann den **Chicorée** mit den Schnittflächen nach unten in die Pfanne geben und bei mittlerer Hitze 3-5Min. braten, bis die Schnittflächen goldbraun und karamellisiert sind.



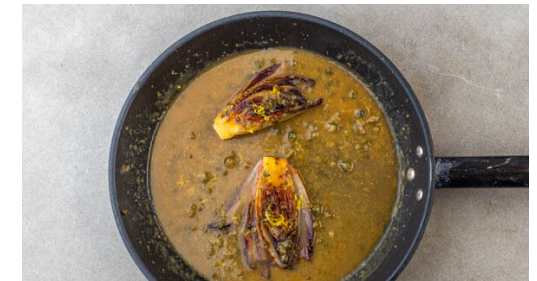
Inzwischen den Backofen auf 60°C vorheizen. Den **Chicorée** längs halbieren. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **Kapern** grob hacken. Die **½ des Brühgewürzes** in 400ml heißem Wasser auflösen. Die **Aubergine** ohne Deckel weitergaren, bis das Wasser verdampft ist und die **Aubergine** braun wird, dann auf niedrigster Stufe warm halten.



1EL Butter und die **Kapern** zum **Chicorée** in die Pfanne geben und 30–60Sek. mitbraten. Den **Chicorée** vorsichtig wenden, ½EL Mehl hinzugeben und unter ständigem Rühren 30–60Sek. mitbraten. Die **½ der Brühe** langsam einrühren und zum Kochen bringen, dann bei niedrigster Hitze 2–3Min. köcheln lassen, bis eine sämige **Sauce** entsteht.



Das **Fleisch** trocken tupfen, mit je 1 kräftigen Prise Salz und Pfeffer würzen und in einer zweiten mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 4-5Min. braten. Inzwischen die **Auberginen** mit der **Misopaste** in einem hohen Gefäß möglichst glatt pürieren, dabei nach Bedarf **1-2EL Brühe** zugeben.



Die **Sauce** mit $\frac{1}{2}$ EL **Zitronensaft** und der $\frac{1}{2}$ **der Zitronenschale** verfeinern. Die Konsistenz und den Geschmack mit ggf. mehr **Brühe, Zitronensaft und -schale** anpassen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das **Auberginenpüree** mit Salz, Pfeffer und **Zitronensaft** abschmecken. Den **Chicorée** und das **Kotelett** auf dem **Püree** anrichten und mit der **Sauce** garniert servieren.