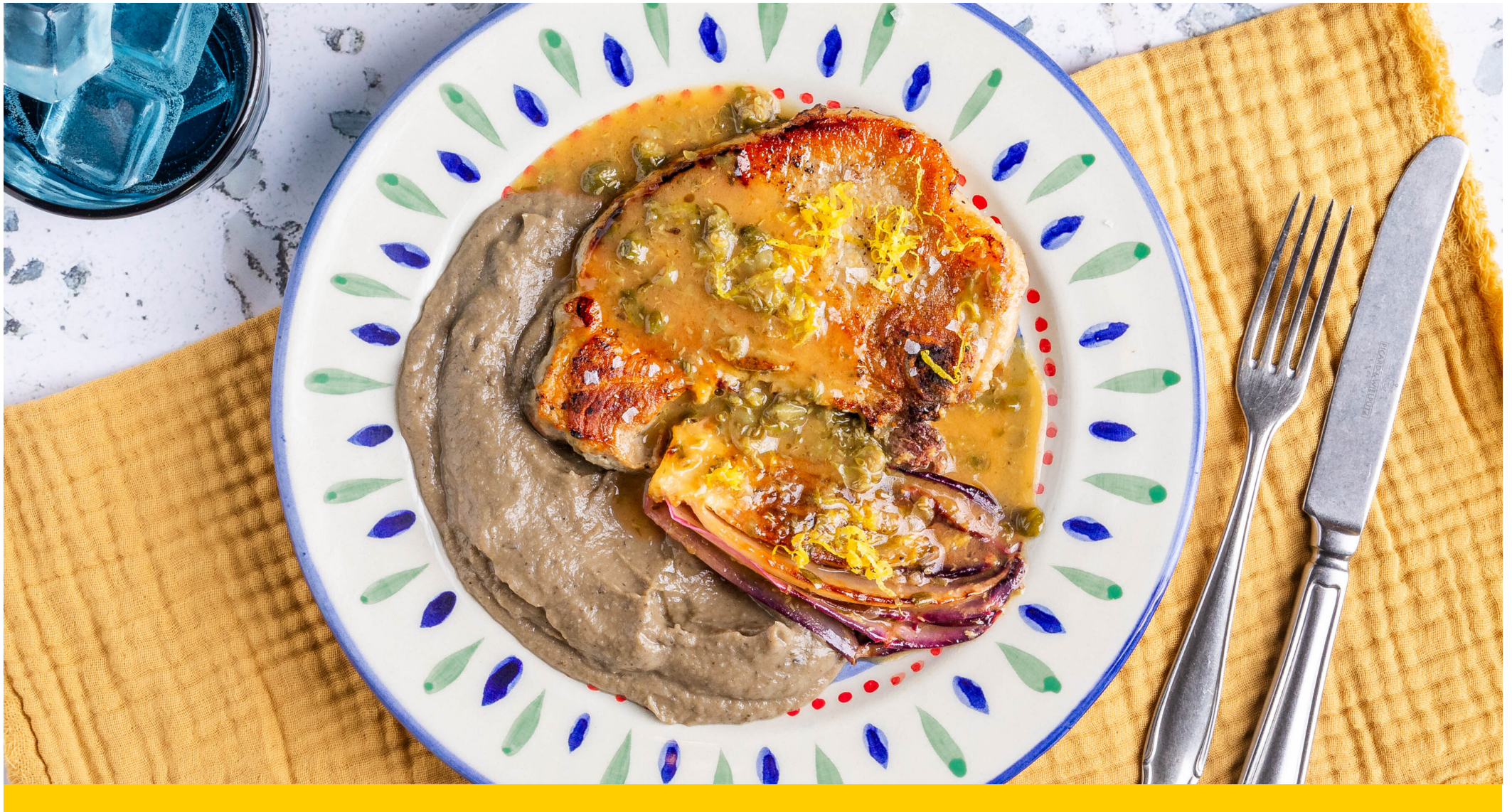




Kotelett in Zitronen-Kapern-Sauce

mit gebratenem Chicorée auf Auberginenpüree



ca. 35min



2 Portionen

Heute geht es in deiner Küche höchst luxuriös zur Sache! Saftig-knusprige Schweinekoteletts werden zusammen mit zur Perfektion gebratenem Chicorée auf einem feinen Miso-Auberginenpüree angerichtet. Die raffinierte Sauce mit Kapern und Zitronensaft sowie -schale sorgt für eine ausgewogene säuerliche Note sowie hübsche farbliche Akzente und wird dieses Gericht zu deinem neuen Favoriten machen – wir versprechen es!

- 1 große Aubergine
- 1 roter Chicorée
- 1 unbehandelte Zitrone
- 1 Pck. Kapern
- 1 Pck. Hühnerbrühwürz
- 2 Schweinekoteletts
- 25g Misopaste 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.



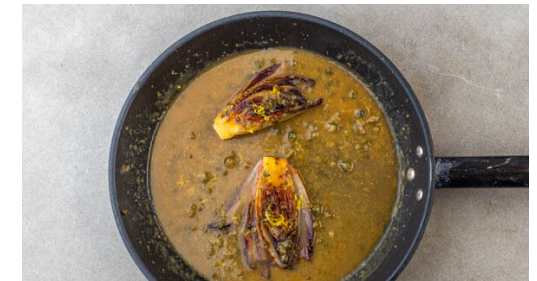
Inzwischen den Backofen auf 60°C vorheizen. Den **Chicorée** längs halbieren. Die **Zitronenschale** abreiben, dann die **Zitrone** halbieren und auspressen. Die **Kapern** grob hacken. Die **½ des Brühgewürzes** in 400ml heißem Wasser auflösen. Die **Aubergine** ohne Deckel weitergaren, bis das Wasser 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 **½ EL Zitronensaft** und der **½ 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.