

Koteletts alla puttanesca mit Pastinakenpüree

VORBEREITEN

20
Min.

ZUBEREITEN

20
Min.

NIVEAU



Zutaten für 4 Personen

4 Schweinekoteletts
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
500 g geschälte Tomaten aus der Dose, grob gehackt
50 g schwarze Oliven, halbiert
2 Teelöffel Kapern
3 Sardellenfilets, fein gehackt
Olivenöl

Für das Pastinakenpüree

400 g Pastinaken
1 Esslöffel Butter
100 ml Sahne
1 Zwiebel, in Ringe geschnitten
50 g Speckwürfel
Muskatnuss, frisch gerieben

Saftig, würzig, lecker - Koteletts schmecken immer gut. Erst recht, wenn sie Tomaten, Kapern, Oliven und ein cremiges Pastinakenpüree begleiten.

- 1 -

Den Ofen auf 200 °C vorheizen.

- 2 -

Pastinaken schälen und in gleich große Stücke schneiden. In einem Topf in leicht gesalzenem Wasser ca. 20 Minuten kochen.

- 3 -

In der Zwischenzeit die Koteletts mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Olivenöl in einer ofenfesten Pfanne (oder in einem Bräter) ca. 5 Minuten anbraten, dann wenden und nochmal ca. 1 Minute von der anderen Seite braten. Aus der Pfanne nehmen.

- 4 -

Knoblauch bei mittlerer Hitze in der Pfanne andünsten. Oliven, Kapern, Sardellen, Tomaten und die Koteletts hinzugeben und die Pfanne in den Ofen stellen. Ca. 5 Minuten schmoren, bis die Sauce die gewünschte Konsistenz hat und das Fleisch gar ist.

- 5 -

In einer zweiten Pfanne die Zwiebeln mit etwas Öl anbraten, bis sie den gewünschten Bräunungsgrad haben. Speckwürfel hinzufügen und kurz mit andünsten.

- 6 -

Pastinaken mit einem Kartoffelstampfer zerdrücken. Butter und Sahne hinzugeben und alles gut durchmischen. Mit Muskatnuss abschmecken. Mit Speck und Zwiebeln garniert zu den Koteletts servieren.