Doppeltes Schweinskotelett gefüllt mit Morcheln und Petersilie

Gesamtzeit: 1 h

Aktivzeit: 1 h

Mittel



Zutaten

für 4 Personen

2	doppelte Schweinskoteletts vom Schweizer Schwein (je ca. 400 g, vom Metzger eine tiefe Tasche hineinschneiden lassen)
10 g	getrocknete Morcheln
2	Schalotten
3 Zweige	Peterli
30 g	Butter
	Salz
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
100 g	Schweinsnetz
5 Zweige	Majoran
400 g	Kohlrabi
1 EL	Olivenöl
250 g	Bandnudeln
2 EL	HO-Sonnenblumenöl oder HOLL-Rapsöl
2 dl	Vollrahm

Nährwerte

1 Portion enthält ca.:

898	kcal
55 g	Eiweiss
48 g	Kohlenhydrate
53 g	Fett

enthält Gluten

enthält Laktose

Tipp

Das Rezept ist auch mit einem einzelnen Kotelett fein. Dieses einfach langsam in der Pfanne braten.

Zubereitung

1 Schweinskotelett 30 Minuten vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Morcheln in einer Tasse mit warmen Wasser 10 Minuten einweichen. Schalotten schälen und fein würfeln. Petersilie grob hacken.

2 Morcheln aus dem Einweichwasser nehmen, etwas ausdrücken (Einweichwasser beiseitestellen) und fein hacken. Butter in einer kleinen Pfanne bei mittlerer Hitze schmelzen lassen. Schalotten darin glasig dünsten. Morcheln zugeben und unter Rühren 4–5 Minuten dünsten. Petersilie zugeben und alles mit Salz und Pfeffer würzen. Etwas abkühlen lassen.

3 Morchelfüllung in die Taschen der Schweinskoteletts geben. Schweinsnetz vorsichtig auf der Arbeitsfläche ausbreiten und mittig halbieren, dann mit Majoran belegen. Je ein Schweinskotelett in die Mitte eines Schweinsnetzes geben und das Netz von allen Seiten über das Schweinskotelett falten.

4 Kohlrabi schälen, in dünne Spalten schneiden und mit etwas Salz und Olivenöl in einem kleinen Topf geschlossen bei mittlerer Hitze 12–15 Minuten dünsten. Gelegentlich schwenken.

5 Bandnudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanleitung garen.

6 Öl in einer Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. Schweinskoteletts darin von beiden Seiten 2–3 Minuten anbraten. In eine Ofenform geben und im vorgeheizten Ofen bei 180 °C (Umluft 160 °C) 10–12 Minuten garen. Danach abgedeckt 5 Minuten ruhen lassen.

7 Währenddessen den Bratensatz in der Pfanne mit dem Morchel-Einweichwasser ablöschen und mit Rahm kräftig einkochen. Fleischsaft aus der Ofenform zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

8 Schweinskoteletts portionieren, mit Bandnudeln, Kohlrabi und der Rahmsauce servieren.