Schweinstotelett vom Grill Mariniert mit dunflem Bier



Meine Wahl.

3

Gesamtzeit: 1 h 10 min

Aktivzeit: 45 min

Marinieren: 3 h

99

Mittel



Nährwerte

1 Portion (ohne Salat) enthält ca.:

für 4 Personen

Zutaten

4 Koteletts vom Schweizer Schwein (à ca. 200 g)

3 TL Senf

2 EL Olivenöl

1 dl dunkles Bier

3 TL Zitronensaft

2 Eigelbe

Salz

150 ml Rapsöl

3 Zweige Kerbel

500 g kleine Kartoffeln

0.5 TL Meersalz

Macchia-Pfeffer

810 kcal

41 g Eiweiss

20 g Kohlenhydrate

62 g Fett



enthält Gluten



Laktosefrei

Zubereitung

- Aus zwei Dritteln des Senfs, der Hälfte des Olivenöls, dem Bier und zwei Dritteln des Zitronensafts eine Marinade anrühren. Schweinskoteletts damit bestreichen und gedeckt 2–3 Stunden im Kühlschrank ruhen lassen.
- 2 Eigelbe mit dem restlichen Senf, etwas Salz und dem restlichen Zitronensaft in eine kleine Schüssel geben. Rapsöl tröpfchenweise unterrühren, bis eine cremige Mayonnaise entsteht. Kerbel grob hacken und unterrühren.
- Kartoffeln je nach Grösse halbieren oder vierteln. In eine Grillschale geben und mit dem Meersalz und dem restlichen Olivenöl mischen. Grill für indirekte Hitze vorbereiten und vorheizen.





Meine Wahl.

- Schweinskoteletts aus der Marinade nehmen, etwas abtupfen und bei hoher Temperatur beidseitig je ca. 2 Minuten anbraten. Dann in der indirekten Hitze des Grills bei geschlossenem Deckel und mittlerer Temperatur 20–25 Minuten garen. Dabei einmal wenden und mit Marinade bestreichen.
- Schale mit Kartoffeln ebenfalls in die indirekte Hitze legen und 20 Minuten mitgrillieren. Schweinskoteletts vom Grill nehmen, mit Macchia-Pfeffer würzen und mit den Kartoffeln und der Mayonnaise servieren. Dazu passt ein grüner Salat.