Schweinskoteletts mit Basilikum-Frischkäse-Füllung und Tomatenchutney

Schweizer Fleisch
Meine Wahl.

Gesamtzeit: 1 h 10 min
Aktivzeit: 1 h 10 min
Mittel

Zutaten

für 4 Personen

4	Koteletts vom Schweizer Schwein à ca. 180 g
600 g	Tomaten
2	Schalotten
1	Knoblauchzehe
30 g	Ingwer
80 g	brauner Zucker
1	Gewürznelke
1	Pimentkörner (Nelkenpfeffer)
1	unbehandelter Limette (Schale)
	Salz
	Pfeffer
200 g	Frischkäse
	Zitronensaft
1 Bund	Basilikum
	Holzspiesschen

Nährwerte

1 Portion (ohne Baguette) enthält ca.:

550	kcal
38 g	Eiweiss
28 g	Kohlenhydrate
32 g	Fett

Glutenfrei
enthält Laktose

Zubereitung

1. Für das Chutney die Tomaten am Blütenansatz kreuzweise einritzen und 30 Sekunden in kochendes Wasser geben. Herausnehmen und die Tomaten häuten. Tomaten halbieren und grob würfeln. Schalotten und Knoblauch schälen und würfeln. Ingwer ebenfalls schälen und fein hacken.

2. Tomaten, Schalotten, Knoblauch und Ingwer mit Zucker, Nelken, Piment (Nelkenpfeffer), Limettensaft und -schale in einen Topf geben, kurz aufkochen und dann bei sanfter Hitze etwa 35 Minuten sämig einkochen, mit Salz und Pfeffer würzen. Abkühlen lassen.

3 Schweinskoteletts abspülen, trocken tupfen und in jedes eine tiefe Tasche schneiden. Frischkäse mit etwas Zitronensaft glatt rühren. Einige Basilikumblätter beiseite legen, Rest fein schneiden, zugeben und mit Salz und Pfeffer würzen.

4 Schweinskoteletts mit Basilikum-Frischkäse füllen und mit Holzspiesschen gut verschliessen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Auf dem Grill von allen Seiten ca. 8–10 Minuten goldbraun grillen. Dabei das Fleisch nicht drücken, damit die Füllung nicht herausquillt. Mit Tomatenchutney servieren.

Dazu passt Baguette.