



Schweinskotelett an Nelken-Senfsauce

Das stattliche Schweinskotelett brachte 400g auf die Waage, war gut durchzogen und marmoriert. Damit es saftig und zart wird, gart man es am besten nach kurzem, scharfen Anbraten bei niedriger Temperatur (80°) im Ofen bis zu einer Kerntemperatur von 60°.

Die würzig-scharfen Gewürznelken können trotz ihres durchdringenden Aromas recht grosszügig verwenden werden. Sie werden zusammen mit Lorbeer in Bouillon ausgekocht und nachher entsorgt. So verlieren sie ihre Schärfe und auch ihre Aufdringlichkeit, ohne ihren typischen Geschmack zu verlieren. Zusammen mit Senf ist sie für die rustikale Seite der Sauce verantwortlich, Honig und Sauerrahm runden die Sauce ab. Die Sauce mit ihrem fernöstlichen Einschlag passt sehr gut zum hellen Schweinefleisch.

Zutaten (2 Portionen)

1	Schweinskotelett, ca. 400g
15-20	Nelken
3	Lorbeerblätter
2dl	Hühnerbouillon
30g	Zwiebel
10g	Tafelbutter
1/2Tl	Mehl
2Tl	Dijon-Senf
1Tl	Honig
1/2Tl	Kurkuma
30g	Sauerrahm
	Salz und Pfeffer
	Bratbutter

Zubereitung

Schweinskotelett 1 Stunde vor dem Anbraten aus dem Kühlschrank nehmen und beidseitig salzen und pfeffern. Allfällige Fettschwarte 3-4 mal einschneiden.

Nelken leicht quetschen, Lorbeerblätter in Stücke brechen. Zusammen in 2dl kaltem Wasser aufsetzen und aufkochen. Bouillonextrakt einrühren und 20 Minuten knapp am Siedepunkt ziehen lassen. Bouillon absieben, Nelken und Lorbeer entsorgen.

Zwiebel fein hacken und in Tafelbutter glasig dünsten. Mehl zugeben und gut verrühren. Senf zugeben und vermischen. Bouillon zugießen und mit dem Schwingbesen gut durchrühren. Kurkuma und Honig zugeben und 20 Minuten köcheln lassen. Zum Schluss Sauerrahm unterrühren und bis zum Anrichten warmhalten.

Ofen auf 80° vorheizen.

Bratbutter bis zum Rauchpunkt erhitzen. Kotelett beidseitig ca. 3 Minuten anbraten. Auf einen Teller legen und mit etwas Bratensaft übergießen. Bratenthermometer an der dicksten Stelle einstecken, die Nadel darf dabei den Knochen nicht berühren.

In den Ofen schieben und bis zu einer Kerntemperatur von 60° garen.

Kotelett tranchieren, anrichten und mit reichlich Sauce übergießen.









