

Flüsse der Genüsse

Spanferkelkotelett mit Mühlensenfkruste mit Balsamico-Honigjus, Gemüsenest und Süßkartoffelpüree

Zutaten

4 Spanferkelkoteletts à 200g, Möhren, Zucchini, Brokkoli, 500g Süßkartoffel, 3 dicke Kartoffeln, 200ml braune Grundsauce, Eifelhonig, Thymian, Grober Senf, 2 große Zwiebeln, 3 Scheiben Toastbrot ohne Rinde gewürfelt

Zubereitung

Mühlensenfkruste:

Zwiebeln in feine Würfel schneiden – in Butter glasig anschwitzen, mit Weißwein ablöschen und leicht köcheln lassen. Toastwürfel und Senf zugeben mit Salz und Pfeffer abschmecken – kaltstellen

Süßkartoffel Püree:

Kartoffeln schälen und kochen und stampfen. Abschmecken mit Salz, Pfeffer und Muskat

Balsamico-Honigjus:

Honig im Topf erhitzen, Thymian dazugeben, ablöschen mit Balsamicoessig und reduzieren lassen. Das Ganze mit der Grundsoße auffüllen.

Kartoffelnest:

Kartoffel schälen und reiben. In einer Kartoffelnestform in der Fritteuse goldgelb ausbacken. Brokkoli putzen und 3 Minuten blanchieren. Möhren und Zucchini in 4cm lange Streifen schneiden und tournieren (in Form bringen) und ebenfalls blanchieren.

Gemüse in das Nest füllen – fertig

Die Koteletts in der Pfanne in der Pfanne anbraten und anschließend mit der kalten Senfkruste belegen. Das Ganze bei Oberhitze im Backofen 180 Grad 10 bis 12 Minuten fertigkochen. Die Koteletts auf einem Soßenspiegel auf dem Teller anrichten mit dem Süßkartoffelpüree garnieren und das Kartoffelnest aufsetzen