



Schweinekotelette mit Aprikosenchutney

Zeit gesamt
45min

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Kartoffeln, festkochend	1 kg
Rosmarin, frisch	10 g
Thymian, frisch	10 g
Salz	
Olivenöl	5 EL
Nackenkoteletts vom Schwein	600 g
Pfeffer, schwarz	
Aprikosen, frisch	350 g
Schalotten	2 St.
Butter	1 EL
Honig	1 EL
Weißwein, trocken	2 EL
Öl	1 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf, große Pfanne, Backblech mit Backpapier, Alufolie

1. Backofen auf 180 °C (Umluft) vorheizen. Kartoffeln schälen, waschen und je nach Größe der Länge nach halbieren oder vierteln. Rosmarin und Thymian waschen, trocken schütteln und Blättchen bzw. Nadeln von den Stielen streifen. Auf einem Backblech mit Backpapier Kartoffeln mit Rosmarin, Thymian, Salz und Olivenöl mischen und im Backofen ca. 25 Min. goldbraun backen.
2. Schweinekoteletts waschen, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Aprikosen waschen, halbieren, entsteinen und würfeln. Schalotten halbieren, schälen und fein würfeln.
3. In einem Topf Butter auf mittlerer Stufe schmelzen und Aprikosen mit Schalotten darin ca. 3 Min. anbraten. Mit Honig beträufeln und ca. 1 Min. karamellisieren lassen. Mit Weißwein und ca. 50 ml Wasser ablöschen. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 3–5 Min. einköcheln lassen.
4. In einer Pfanne 1 EL Öl auf hoher Stufe erhitzen, Schweinekoteletts darin ca. 6–9 Min. von jeder Seite anbraten. Schweinekoteletts in Alufolie schlagen und ca. 10 Min. ruhen lassen. Schweinekoteletts mit Aprikosenchutney und Ofenkartoffeln servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	901 kcal
Kohlenhydrate	79 g
Eiweiß	35 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	49 g