

Schweinekoteletts mit Tomaten

Ergebnis jahrzehntelanger Studien (Kurzfassung): Männer mögen am liebsten Fleisch vom Knochen!

Ok, mach ihnen diese Koteletts, dann haben alle Anderen auch was davon.

Zutaten für 4 Personen

Einkaufsliste

4 Schweinekoteletts,
800 g Tomaten,
500 g Kirschtomaten,
4 Knoblauchzehen,
4 El Olivenöl,
200 ml Kalbsfond,
6 Zweige Rosmarin,
4 El Honig,
2 El Koriandersaat,
etwas Öl zum Braten,
1 Prise Zucker,
Salz, Pfeffer.

So kommen Schweinekoteletts (nicht nur bei kleinen und großen Jungs) wirklich ganz stark raus: Backofen auf 180 Grad schalten. Knoblauch schälen, andrücken. Von den 800 g Tomaten den Stielansatz entfernen, dann in Scheiben schneiden. Zusammen mit dem Knoblauch in eine größere Auflaufform geben. Würzen mit Salz, Pfeffer und der Prise Zucker, ehe 4 El Olivenöl darüber gesprenkelt und der Kalbsfond darüber ausgeschüttet werden.

Jetzt die 500 g Kirschtomaten mit Rispenteilen und mit den Rosmarinzweigen auf die Tomatenscheiben legen. Auf der untersten Schiene gut 15 Minuten schmoren.

*Schneide die Schwarte der Koteletts ein bisschen ein. Dann salzen und in einer heißen Pfanne (*hier brauchst du das Öl zum Braten*) von beiden Seiten kräftig anbraten bis sie hellbraun sind. Nun die Koteletts mit dem Honig bepinseln. Mit Pfeffer und Koriander würzen. Das Fleisch auf die Tomaten legen. Die Auflaufform mit Alufolie verschließen und alles zusammen mindestens 15 Minuten weiterschmoren.*

Tipp: *Wer's kross mag – zum Schluss die Folie abnehmen und alles unterm Grill ein bisschen rösten.*

Tipp: *Dazu Bulgur servieren.*