Rezept

Gefüllte Schweinekoteletts mit Mangold und Ricotta

Ein Rezept von Gefüllte Schweinekoteletts mit Mangold und Ricotta, am 29.04.2024

Zutaten

- **1** kleine Staude Mangold (ca. 600 g)
- **2** Knoblauchzehen
- **3 EL** Olivenöl
- Salz
- **4** Schweinekoteletts (je ca. 250 g)
- Küchengarn und -nadel
- **200 g** Kirschtomaten
- **2** Stängel Minze
- **100 g** Ricotta
- Pfeffer
- 1/4 l Gemüsebrühe (Instant)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 520 kcal

Zubereitung

1. Die Mangoldblätter ablösen, waschen, putzen und trocken tupfen. Die weißen Stiele in 1 cm breite Steifen schneiden, die grünen Blätter grob zerschneiden. Die Tomaten waschen und halbieren, den Knoblauch schälen. Die Minze waschen, trocken schütteln und die Blättchen fein schneiden.

2. In einer großen Pfanne 1 EL Öl erhitzen. Grüne Mangoldblätter dazugeben, 1 Knoblauchzehe dazupressen und alles 1-2 Min. braten. In einer Schüssel mit dem Ricotta vermischen. Mit Salz, Pfeffer und der Hälfte der Minze würzen. Die Pfanne mit Küchenpapier auswischen.

3. Die Schweinekoteletts waschen, trocken tupfen und jeweils vorsichtig eine möglichst große Tasche einschneiden (evtl. bereits vom Metzger machen lassen). Die Koteletts innen salzen und pfeffern und gleichmäßig mit der Ricottamasse füllen. Die Öffnungen mit Küchengarn zunähen. Die Koteletts außen mit Salz und Pfeffer einreiben.

4. Den Backofen auf 120° (Umluft 100°) vorheizen. Das restliche Öl in der Pfanne erhitzen und die Koteletts darin bei mittlerer Hitze auf jeder Seite 5-6 Min. braten. Dann auf eine hitzebeständig Platte legen und noch für 5-8 Min. in den heißen Ofen (Mitte) schieben. Pfanne nicht spülen.

5. Inzwischen die Mangoldstiele in die Pfanne geben und kurz anbraten. Mit der Gemüsebrühe ablöschen und 3-4 Min. einkochen lassen. Die Tomaten untermischen und den übrigen Knoblauch dazupressen. Alles 1-2 Min. kochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und übriger Minze abschmecken. Dann die Koteletts wieder in die Pfanne geben und im Gemüse wenden. Beides zusammen servieren.