Rezept

Kotelett mit Gremolata

Ein Rezept von Kotelett mit Gremolata, am 12.10.2024

Zutaten

- **3** Sardellenfilets in Öl (ca. 30 g)
- **3 EL** TK-Petersilie
- Salz
- **2 EL** Olivenöl
- **3 EL** trockener Sherry (ersatzweise Brühe)
- Zucker
- **1 TL** fein abgeriebene Bio-Zitronenschale
- **2** Kalbs- oder Schweinekoteletts (à ca. 150 g)
- Pfeffer
- **80 ml** Gemüsebrühe
- 1-2 EL Zitronensaft

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Pro Portion** Ca. 260 kcal

Zubereitung

1. Sardellen trocken tupfen, fein hacken und mit einem breiten Messerrücken etwas zerdrücken. Mit Zitronenschale und Petersilie gründlich mischen.

2. Koteletts waschen, trocken tupfen, salzen und pfeffern. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Koteletts darin pro Seite bei mittlerer Hitze 3-4 Min. braten. Herausnehmen und abgedeckt beiseitestellen.

3. 1 EL Öl in der Pfanne erhitzen. Brühe, Sherry und Zitronensaft dazugeben, mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker abschmecken. Koteletts mit Bratensaft in die Pfanne geben, bei schwacher Hitze 3-4 Min mitgaren, einmal wenden. Mit Sauce und Gremolata servieren.