

## Rezept

# Koteletts auf kastilische Art

Ein Rezept von Koteletts auf kastilische Art, am 25.03.2023

## Zutaten

|  |                                  |
|--|----------------------------------|
| <b>1 kg</b> kleine fest kochende Kartoffeln                              | <b>300 g</b> Perlzwiebeln        |
| <b>4</b> große Kalbskoteletts (à 250 g)                                  | <b>2</b> Knoblauchzehen          |
| <b>4 EL</b> Mehl   | Salz                             |
| <b>4 EL</b> Olivenöl   | <b>150 ml</b> trockener Weißwein |
| <b>400 ml</b> Kalbsfond (aus dem Glas; ersatzweise Instant-Fleischbrühe) | ½ Bund Petersilie                |

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** FÜR 4 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 565 kcal

## Zubereitung

1. Die Kartoffeln und die Zwiebeln schälen und beiseite stellen. Die Koteletts kalt abspülen und trockentupfen. Die Knoblauchzehen schälen und sehr fein hacken. Das Mehl auf einen Teller geben. Die Koteletts erst mit dem gehackten Knoblauch einreiben und salzen, dann im Mehl wenden. Eine cazuela bereitstellen.
2. In einer großen Pfanne 2 EL Öl erhitzen und die Koteletts darin portionsweise unter Zugabe des restlichen Öls bei mittlerer Hitze von jeder Seite 3 Min. anbraten. In die cazuela schichten, den Wein angießen und die Koteletts zugedeckt bei schwacher Hitze 20 Min. schmoren.
3. Inzwischen den Backofen auf 200° vorheizen. Die Kartoffeln und die Zwiebeln in der Pfanne im verbliebenen Öl bei mittlerer Hitze 7-8 Min. unter Wenden braten. Salzen und die Koteletts nach Ablauf der ersten 20 Min. in der cazuela damit umlegen. Den Fond dazugießen und alles im heißen Backofen (Mitte, Umluft 180°) zugedeckt in weiteren 15-20 Min. fertig garen.
4. Die Petersilie waschen und trockenschütteln, die Blätter fein hacken und über das fertige Gericht streuen. Zugedeckt in der cazuela auftragen und den Deckel erst bei Tisch abnehmen.