

Rezept

Koteletts in Zwiebelsauce mit Püree

Ein Rezept von Koteletts in Zwiebelsauce mit Püree, am 28.06.2026

Zutaten

1,2 kg mehligkochende Kartoffeln	Salz
Pfeffer	300 g Zwiebeln
4 Schweinenackenkoteletts (ca. 700 g)	3-4 EL Öl
1 TL Zucker	2 EL Tomatenmark
1 gehäufte TL Mehl	500 ml heiße Fleischbrühe
350 ml Milch	geriebene Muskatnuss
1 EL Butter	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 610 kcal

Zubereitung

1. Die Kartoffeln schälen, waschen und in Stücke schneiden. In Salzwasser 20-25 Min. kochen. Die Zwiebeln schälen und in dünne Ringe schneiden.
2. Die Koteletts trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und die Koteletts darin bei mittlerer Hitze von beiden Seiten 5 Min. braten. Herausnehmen.
3. Die Zwiebeln im heißen Bratfett bei mittlerer Hitze 8 Min. dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen und herausnehmen. Tomatenmark und Mehl in der heißen Pfanne 5 Min. rösten, unter Rühren mit der Brühe ablöschen. Die Sauce aufkochen, Zwiebeln und Fleisch dazugeben. Alles zugedeckt 8 Min. schmoren. Die Milch erhitzen.
4. Die Kartoffeln abgießen und kurz im heißen Topf ausdampfen lassen. Nach und nach die Milch dazugießen. Dabei die Kartoffeln zu Püree zerstampfen. Das Püree mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen, die Butter unterrühren. Zwiebelsauce abschmecken und mit Koteletts und Püree anrichten.