

Steak au four

Für 2 Personen

2 Schweinekoteletts à 150 g	1 Hähnchenbrustfilet à 180 g	1/4 Liter Wasser
10 Pfefferkörner	1 Blatt Lorbeer	1 Nelke
1/2 Zwiebel	1 EL Weizenmehl	2 EL Butter
1/2 Zitrone	1 Spur	Worcestersauce
80 g geriebener Gouda	2 Msp. Pfeffer	4 EL Weizenmehl
2 EL Rapsöl		

Das Wasser zusammen mit 1/2Tl Salz, Pfefferkörnern, Lorbeerblatt, Nelke und Zwiebel in einen Topf geben.

Das Hähnchenbrustfilet würfeln, dazugeben, den Sud zum Kochen bringen und anschließend leicht simmern lassen.

Während das Hähnchen gart die Butter in einem Topf erhitzen und das Mehl darin anschwitzen. Das Hähnchenfleisch auf ein Sieb abgießen, die Brühe zur Mehlschwitze in den Topf geben und zu einer Sauce verkochen.

Die Sauce mit Worcester Sauce, Zitronenschale und Zitronensaft abschmecken, das Hähnchenfleisch in die Sauce geben und den Topf vom Herd ziehen.

Das Schweinekotelett salzen und pfeffern, in Mehl wenden und in einer heißen Pfanne mit Rapsöl von beiden Seiten goldbraun braten.

Das Kotelett in eine Auflaufform geben die Hälfte des Ragouts darauf geben und mit Gouda bestreuen. Das Kotelett im Ofen gratinieren.

Steffen Henssler am 12. April 2021