

# Schweine-Kotelett mit Apfel-Ingwer-Lack

## Für 4 Personen

### Für die Koteletts:

4 Schweinekoteletts à 200 g	2 EL Butterschmalz	400 g Bio-Heu
80 ml Weißwein	10 g frischer Ingwer	100 ml dunkle Sojasauce
100 ml Apfelsaft	50 g Rübensirup	

### Für die Nudeln:

1 Bund Blattpetersilie	1 Bund Zitronenthymian	3 Schalotten
60 g Parmesan	400 g breite Bandnudeln	Salz
50 g Butter	Pfeffer	

Den Backofen auf 140 Grad Heißluft vorheizen.

Die Koteletts kalt abwaschen und abtrocknen.

In einer Pfanne Butterschmalz erhitzen und die Schweinekoteletts darin von beiden Seiten leicht anbraten.

Anschließend das Heu in einen backofengeeigneten Bräter (inklusive Deckel) geben, so dass dieser zu 2/3 gefüllt ist. Weißwein angießen und die Koteletts direkt auf das Heu legen.

Zugedeckt im vorgeheizten Ofen ca. 45 Minuten garen.

In der Zwischenzeit für den Lack den Ingwer schälen und fein reiben.

Sojasauce, Apfelsaft, Rübensirup und geriebenen Ingwer in einen Topf geben und so lange offen einkochen lassen, bis die Flüssigkeit eine sirupartige Konsistenz hat.

Für die Nudeln Blattpetersilie und Zitronenthymian abrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und fein schneiden.

Schalotten schälen und fein schneiden.

Parmesan fein reiben.

Nachdem das fertig gegarte Schweinekotelett aus dem Ofen genommen wurde, den Backofengrill auf 220 Grad vorheizen.

Für die Nudeln reichlich gesalzenes Wasser in einem Topf mit aufkochen.

Die Koteletts aus dem Bräter nehmen und rundherum mit dem Apfel-Ingwer-Lack bestreichen, dann auf ein Backofengitter geben und im heißen Ofen unter der dem heißen Backofengrill oder bei Oberhitze ca. 5 Minuten goldbraun übergrillen.

Die frischen Pappardelle ca. 2 Minuten im kochenden Salzwasser (falls getrocknete Nudeln verwendet werden, beträgt die Kochzeit ca. 8 Minuten) garen.

In der Zwischenzeit Butter in einer Pfanne erhitzen. Die Schalotten darin anschwitzen, Kräuter und Parmesan zugeben.

Die Nudeln abgießen und tropfnass mit in die Pfanne geben, alles bei mittlerer Hitze durchschwenken und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kevin von Holt am 15. März 2022