

SCHWEINEKOTELETTS MIT SOFRITO-BARBECUE-SAUCE

FÜR 4 PERSONEN

ZUBEREITUNGSZEIT: ETWA 45 MIN.

GRILLMETHODE: DIREKTE MITTLERE HITZE (175–230 °C)

GRILLZEIT: 7–9 MIN.

FÜR DIE SAUCE

- 3 fein gewürfelte Zwiebeln
- 3 EL Olivenöl
- 1 kleines Lorbeerblatt
- 1 EL fein gehackter Knoblauch
- 1 Dose (400 g) Tomatenstücke mit dem Saft
- Rauchsalz (nach Geschmack)
- 1 EL Sherry-Essig
- 125 ml Apfelsaft
- 1 TL Paprikapulver
- ½ TL getrockneter Oregano
- ¼ TL zerstoßene rote Chiliflocken
- ¼ TL grobes Meersalz
- ¼ TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

FÜR DIE WÜRZMISCHUNG

- 1 TL grobes Meersalz
- ½ TL Paprikapulver
- ½ TL getrockneter Oregano
- ½ TL frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

4 Schweinelendekoteletts am Knochen, 2–2,5 cm dick
Olivenöl

1. Zwiebeln, Öl und Lorbeerblatt in einer mittelgroßen Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen. Wenn die Zwiebeln zu braten beginnen, die Temperatur herunterschalten und die Zwiebeln bei mäßiger Hitze etwa 30 Min. sanft weiterbraten, bis sie gleichmäßig gebräunt sind. Nach 15 Min. den Knoblauch hinzufügen. Inzwischen die Tomaten mit Rauchsalz nach Geschmack



würzen. Die karamellisierten Zwiebeln mit dem Essig ablöschen und weiterkochen, bis er fast verdunstet ist, dann den Apfelsaft hinzufügen. Wenn sich die Flüssigkeit etwa halbiert hat, zunächst die Tomaten, dann die restlichen Saucenzutaten zugeben und weitere 5 Min. köcheln lassen.

2. Das Lorbeerblatt entfernen und die Sauce pürieren. 125 ml Sauce zum Bestreichen beiseitestellen, den Rest mit den Koteletts servieren.

3. Die Zutaten für die Würzmischung in einer kleinen Schüssel vermengen. Die Koteletts leicht mit Öl bestreichen, mit der Würzmischung bestreuen und 20–30 Min. bei Raumtemperatur stehen lassen. Den Grill für direkte mittlere Hitze vorbereiten.

4. Den Grillrost mit der Bürste reinigen. Die Koteletts über **direkter mittlerer Hitze** bei geschlossenem Deckel 4–5 Min. grillen, dabei einmal wenden, bis sie auf beiden Seiten das typische Grillmuster aufweisen. Beidseitig mit der Sauce bestreichen und 3–4 Min. weitergrillen, bis die Koteletts innen noch leicht rosa sind. Ein- oder zweimal wenden. Vom Grill nehmen und 2–3 Min. ruhen lassen. Warm mit der restlichen Sauce servieren.

ZUBEREITUNG VON SCHWEINEKOTELETTS MIT SOFRITO-BARBECUE-SAUCE



1. In Spanien und weiten Teilen Südamerikas beginnt die Zubereitung von Saucen häufig mit *sofrito*, das heißt langsam gebräunten Zwiebeln und Knoblauch, gefolgt von Tomaten.



2. Zusammen mit Apfelsaft und Gewürzen wird aus diesem *sofrito* eine Barbecue-Sauce zum Bestreichen beim Grillen und als Beigabe zum fertigen Fleisch.



3. Die Koteletts grillen, bis sie das typische Grillmuster aufweisen. Erst dann die Sauce auftragen und ihre Aromen ins Fleisch einziehen lassen.