

Schweinekotelett mariniert in Ponzu-Sauce

Gesamtzeit **125 Min.** 5 Min. Vorbereitungszeit **120 Min.** Kochzeit

ZUTATEN

4 Portion(en)

4	Schweinekoteletts
	Prise Salz
	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
200 ml	Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack
4 TL	Butter
500 g	kleine Kartoffeln
2	Paprika in breite Stücke geschnitten
	Kopf Brokkoli
	Sesamsamen als Garnitur

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Schweinekoteletts mit Salz und Pfeffer würzen und von beiden Seiten in einer heißen Pfanne anbraten, bis sie gebräunt, aber noch nicht gar sind. Die Koteletts in eine ofenfeste Form legen, mit Kikkoman Ponzu Sojasauce mit Zitrone übergießen und 1 TL Butter auf jedes Fleischstück geben. Kleine Kartoffeln und Paprikastücke in die Form geben. Die Form mit Folie oder einem Deckel abdecken und im Ofen bei 120 °C ungefähr 2 Stunden backen oder bis das Fleisch schön zart und weich ist.

Schritt 2

Die Koteletts und das Gemüse in der Form zusammen mit gedünstetem Brokkoli anrichten und mit Sesam bestreut servieren.