

nichts zum sattessen, aber sehr lecker, gibt`s frisch nur von September bis Februar (Jagdzeit)

Rehkotelett

für 2 Personen

Zutaten

4 Rehkoteletts (es dürfen auch mehr sein, weil nicht sehr viel dran ist), 2 Esslöffel Öl, 4 Prisen Salz, 4 Prisen Pfeffer

Zubereitung

1. Öl in die Pfanne geben und stark erhitzen
2. Rehkoteletts trockentupfen
3. wenn das Öl richtig heiß ist (wirft Blasen an einem Holzlöffel) die Koteletts in die Pfanne geben
4. von jeder Seite 2 Minuten scharf anbraten (Kruste entsteht)
5. dann von jeder Seite nochmals 2 Minuten garen (Hitze ein wenig zurücknehmen)
6. wenn das Fleisch fester wird - aber noch nicht fest ist - sind die Koteletts innen rosa - also gut
7. 2 Prisen Salz und Pfeffer auf den Teller geben - Koteletts auflegen und nun die Oberseite salzen und pfeffern

Zeitbedarf

15 Minuten

dazu paßt

Kartoffelbrei, Grüne Bohnen

