



**Metzgerei Widmer**

Dorfstrasse 26 – 3257 Grossaffoltern

---

## Schweinskotelett mit Rosmarin-Senf-Marinade

---

Zutaten für 4 Portionen

---

4 Koteletts vom Schweizer Schwein

1 Bund Rosmarin

2 EL milder Senf

Cayennepfeffer

1 Zitrone

2 EL Bratbutter

Meersalzflocken (Fleur de Sel)

---

Zubereitung

---

1. Den Rosmarin von den Stielen zupfen und mit dem Senf und dem Cayennepfeffer verrühren. Etwas Saft der Zitrone zugeben und die Schweinskoteletts mit der Marinade bestreichen. Ca. 2 Stunden abgedeckt kühl stellen.
2. Die Bratbutter in einer Pfanne erhitzen und die Koteletts darin beidseitig je ca. 4–5 Minuten bei milder Hitze braten.
3. Mit Meersalzflocken bestreut auf Tellern anrichten. Rest der Zitrone in Scheiben dazu servieren.

Dazu passen gedünsteter Wirz und Knöpfli.

---

