



ANANAS-GEMBER VARKENSKOTELETEN

Niveau: Eenvoudig

Land van herkomst: Caribian

Gang: Hoofdgerecht

Hoeveelheid: 4 personen

Tijd: 2 uur pekelen + 4 uur marineren + 30 minuten bereiden

Ingrediënten varkenskoteletten:

- 4 varkenskoteletten met bot (ongeveer 2,5 cm dik)
- 1 el olijfolie
- 2 el ongezouten boter, in 4 stukken gesneden

Ingrediënten pekewater (voor extra sappige koteletten):

- 65 gram zeezout
- 1 liter warm water
- 3 el appelciderazijn
- 50 ml bruine rum
- 3 el bruine suiker
- 240 gram ijsblokjes

Ingrediënten marinade:

- 4 tl versgeraspte gember
- 3 tenen knoflook, uitgeperst
- 1½ el honing
- 2 el zachte boter
- 3 el sojasaus
- 2 el ananassap (afkomstig van de ananas uit blik)
- ¼ tl fijn zeezout

Extra ingrediënten:

- 4 ananasringen (vers of uit blik)
- 6 gram verse koriander, fijngehakt (voor de garnering)

Bereiding pekelwater (brine):

- Giet 1 liter warm water in een pan.
- Roer het zeezout en de bruine suiker door het warme water tot alles is opgelost.
- Voeg de appelciderazijn, rum en ijsblokjes toe en roer goed door.
- Laat de brine volledig afkoelen en leg dan de koteletten erin.
- Laat de koteletten 1-2 uur pekelen.

Bereiding marinade:

- Meng in een ovenschaal alle ingrediënten voor de marinade goed door elkaar.
- Leg de koteletten in de marinade en schep deze eroverheen, zodat alles goed bedekt is.
- Dek de schaal af en laat de koteletten minimaal 1 en maximaal 4 uur marineren in de koelkast.

Bereiden koteletten

- Haal een half uur voor gebruik uit de koelkast om op kamertemperatuur te laten komen.
- Verwarm de oven voor op 190°C.
- Veeg het meeste van de marinade van het vlees terug in de schaal.
- Plaats een ruime koekenpan op middelhoog vuur en verhit 1 - 2 eetlepels olijfolie.
- Bak de koteletten 2 - 3 minuten per zijde tot ze goudbruin en licht krokant aan de randen zijn. Doe dit desnoods in porties.
- Leg de gebakken koteletten terug in de ovenschaal met marinade.
- leg op elke kotelet een ananasring met daarop een klontje boter.
- Schuif de schaal in de voorverwarmde oven en bak ongeveer 20 - 25 minuten totdat het vlees een kerntemperatuur van 63°C heeft bereikt.

Serveren:

- Besprenkel de koteletten met de gekarameliseerde saus uit de schaal en bestrooi deze met de gehakte korianderblaadjes.
- Serveer geroosterde groenten en witte rijst.

Have a nice meal!

02-11-2025