



Randen-Apfel-Chutney

ERGIBT 4 GLÄSER À 1 DL

FÜR CA. 20 PORTIONEN À 1 EL

- 1 säuerlicher Apfel, z. B. Cox Orange**
- 400 g rohe Randen, gerüstet gewogen**
- 2 EL Rohrzucker**
- 1 EL Wasser**
- 8 dl Apfelsaft**
- ½ Vanilleschote**
- 2 EL Apfelessig**
- 2 Nelken**
- 1 Sternanis**
- ½ Zimtstange**
- ½ TL Salz**
- Pfeffer**

Apfel halbieren, Kerngehäuse entfernen. Apfel und Randen in kleine Würfel schneiden. Zucker und Wasser in eine Pfanne geben. Bei grosser Hitze kochen lassen, bis der Zucker zu caramolisieren beginnt. Mit $\frac{3}{4}$ des Apfelsafts ablöschen. Vanilleschote längs aufschneiden. Mark herauskratzen. Apfel, Randen, Essig, Gewürze, Vanilleschote und -mark zum Apfelsaft geben. Ca. $1\frac{1}{3}$ Stunden köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. Restlichen Saft nach und nach begeben. Zimtstange und Vanilleschote entfernen. Chutney mit Salz und Pfeffer würzen. Chutney randvoll in heiss ausgespülte Gläser füllen, sofort verschliessen. Dazu passt rezenter Käse.

TIPP Kühl und dunkel gelagert, ist das Chutney 2-3 Monate haltbar. Sobald es geöffnet ist, im Kühlschrank aufbewahren.

ZUBEREITUNG ca. 15 Minuten
+ ca. $1\frac{1}{3}$ Stunden köcheln lassen
Pro Portion ca. 0,3 g Eiweiss, 0 g Fett,
4 g Kohlenhydrate, 80 kJ/20 kcal