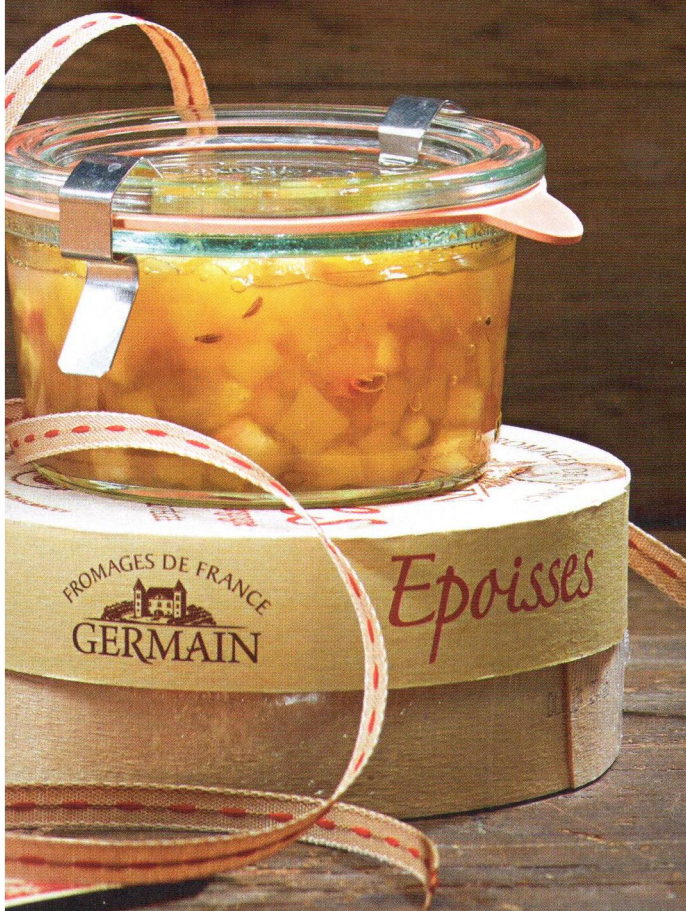
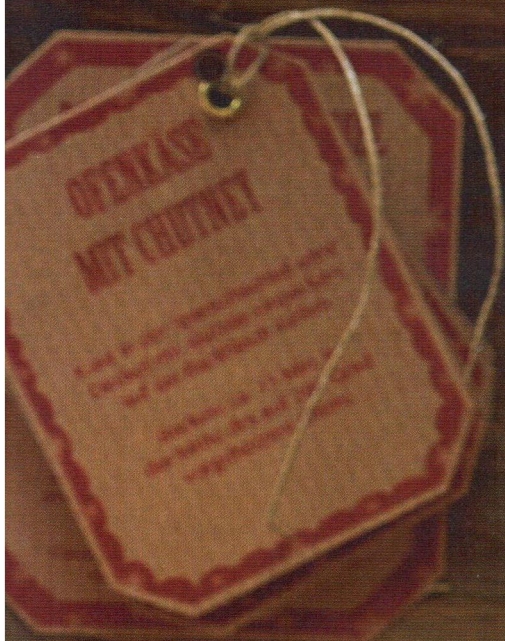




Apfel-Mango-Chutney

Vor- und zubereiten: ca. 30 Min.
Für 4 Gläser von je ca. 1½ dl

100 g Rohzucker
3 EL Wasser
1½ dl Aceto balsamico bianco
1 dl Wasser

2 Äpfel, in Würfeli
1 Mango (ca. 400 g),
in Würfeli
2 Nelken
1 roter Chili, entkernt,
in Ringen
1 Prise Salz
Kümmel, nach Belieben

1 — Zucker und Wasser in einer weiten Pfanne ohne Rühren aufkochen. Hitze reduzieren, unter gelegentlichem Hin-und-her-Bewegen der Pfanne köcheln, bis ein hellbrauner Caramel entsteht. Pfanne von der Platte nehmen. Aceto und Wasser begeben, Caramel zugedeckt weiterköcheln, bis er sich aufgelöst hat. Flüssigkeit offen auf die Hälfte einkochen.

2 — Apfelwürfeli und alle restlichen Zutaten begeben, ca. 5 Min. köcheln. In die heiss ausgespülten Gläser füllen, sofort gut verschliessen, auf einem Tuch auskühlen.

Haltbarkeit: kühl und dunkel ca. 2 Monate. Einmal geöffnet, das Glas im Kühlschrank aufbewahren, Chutney rasch konsumieren.

Passt zu: Gschwellti, Raclette und Käse.

Tipp: Chutney zusammen mit Käse verschenken (z. B. Weichkäse Epoisses, ca. 250 g). Käse in der Spanschachtel ohne Deckel mit Alufolie einpacken, auf ein Backblech stellen.

Backen: ca. 15 Min. in der Mitte des auf 200 Grad vorgeheizten Ofens.

100 g: 104 kcal, F 0 g, Kh 24 g, E 0 g

