AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	30 Min.	ganzjährig	Indien

MANGO-CHUTNEY



Rezept: brigitte.de, 15. 8. 2015 - Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Hier das klassische Chutney aus Mango. Die Voraussetzung, dass Sie dieses auch einige Wochen lagern können, ist die Sauberkeit bei der Herstellung.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

1	Zwiebel, fein gewürfelt	1 TL	Kurkuma
2 EL	Sonnenblumenöl	150 g	Zucker
1	Mango, gewürfelt	0.5 TL	Senfsamen
1.5 dl	Wasser	4 EL	Weissweinessig
1 TL	Chilipulver	1 cm	Ingwer, fein gehackt

ZUBEREITUNG

1. Zwiebel würfeln und in Öl langsam andünsten. Das Fruchtfleisch der Mango würfeln. Wasser und Mangowürfel zu den Zwiebeln geben und unter Rühren aufkochen.
2. Chili und Kurkuma unterrühren und 10-15 Min. kochen. Zucker zugeben und rühren, bis eine sämige Masse entsteht.
3. In einer separaten Bratpfanne Senfsamen ohne Öl anrösten, bis er knackt und springt. Gerösteten Senf, Essig und gehackten Ingwer mit dem Chutney verrühren.
4. Chutney in sterilisierte, noch warme 1 dl-Gläser abfüllen. Abkühlen lassen. Angebrochene Gläser können im Kühlschrank max. 2 Wochen gelagert werden.