Apfel-Mango-Chutney

- **Schwierigkeitsgrad:**Leicht

- **Portionen:** 10
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 35m

window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '10', 'yield' : '' });

Vielseitig, scharf, pikant zu Grillfesten, Fleisch, Fisch, Geflügel etc

Zutaten

- 300 g Gemüsezwiebeln, gewürfelt
- 1 Knoblauchzehe, fein gewürfelt
- 10 g Ingwerknolle, gerieben
- 1 frische Mango in 1 cm großen Würfeln
- 250 g saure Äpfel, z. B. Boskop
- 2 El Apfelessig
- 4 El brauner Rohrzucker
- 1 Tl Chili Flocken, gemahlen
- 1/2 Tl Kurkuma, gemahlen
- Etwas Piement
- 2 El Öl
- Etwas Salz

Zubereitungsart

Schritt1

Den Rohrzucker mit 50 ml Wasser aufkochen, etwa 3-4 min. reduzieren und den Knoblauch und die Zwiebeln dazu geben;

Schritt2

5 min. leise köcheln lassen.

Schritt3

Danach die Apfelwürfel mit dem Apfelessig marinieren, dazu geben. Mit Chili, Ingwer, Kurkuma, Piement und einer Prise Salz würzen. Ca.100 ml Wasser aufgießen, weitere 5-7 min schmoren

lassen, dicklich einkochen.

Schritt4

Danach nach schmecken, das Öl unterrühren, auskühlen lassen.

Rezeptart: Chutney, Soßen **Tags:** äpfel, chutney, einfach, mango, pikant, preiswert, scharf, vielseitig

https://www.gekonntgekocht.de/rezept/apfel-mango-chutney/