



Ingwer-Mango Chutney

BESCHREIBUNG:

Zwiebel mit Olivenöl anschwitzen. Wenn diese glasig sind den Knoblauch dazugeben. Bevor der Knoblauch braun wird die Mango dazugeben und kurz mitbraten. Den Zucker einrühren und leicht karamelisieren lassen. Nun den Ingwer und die Gewürze hinzugeben. Ingwer, Pepperoni und die Gewürze hinzugeben, mit 1 Tasse Wasser auffüllen und ca. 1 Stunde bei niedriger Temperatur köcheln lassen. Mit Pfeffer und Salz abschmecken. Heiß in Einmachgläser abfüllen und sofort verschließen.

09 | Ingwer

 Zingiber officinale

ZUTATEN FÜR 1 EINMACHGLAS

- 2 reife Mangos, fein gewürfelt
- 4 Knoblauchzehen, fein gewürfelt
- 2 mittelgroße Zwiebel, fein gewürfelt
- 1/2 Stange Zitronengras, fein gewürfelt
- 60 gr. Zucker
- 2 TL Koriandergrün (fein gewürfelt)
- 1/2 TL Kreuzkümmel
- 2 Nelken
- 1 TL Kurkuma
- 1 daumengroßes Stück Ingwer
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 150 ml Weisweinessig
- 1 Pepperoni

