



Fruchtiges Chutney mit Mango zum Verschenken



Zutaten

Menge

2	Zwiebeln
4	Mangos
1	Orange
2 EL	Weißweinessig
	Chiliflocken
1	Zimtstange
3 EL	Öl
1 Prise	Kreuzkümmel
1 Prise	Salz
1	Sternanis
1 kleines Stück	Ingwer
4 EL	brauner Zucker
1	Nelke
1	Kardamom
1/2 TL	Kurkuma

Tipp

Das Chutney passt toll zu würzigem Käse wie Camembert oder Ziegenkäse.

Rezeptinfo

Zutaten für 2 - 3 Gläser, ca. 40 Portionen

Zubereitungszeit: 25 Min. + 20 Min. Garzeit

pro Portion: 134 kJ, 32 kcal, 6 g Kohlenhydrate, 0,29 g Eiweiß, 0,92 g Fett, 0 mg Cholesterin, 0,67 g Ballaststoffe

Schwierigkeitsgrad: Kosten: €

veggie

schnell

vegan

spicy

Zubereitung

Weihnachten steht vor der Tür und dir fehlen doch noch ein paar Geschenke? Dann ist unser Mango-Chutney genau das Richtige für dich! Denn was gibt es schöneres als ein selbstgemachtes Geschenk? Unser leckerer Mango-Chutney ist nicht nur richtig fruchtig, sondern bekommt durch tolle weihnachtliche Gewürze wie Zimt, Nelken, Sternanis und Kardamom eine super leckere Note. Unser Mango-Chutney ist wirklich ganz schnell und einfach zubereitet und kann auch erst kurz vor Weihnachten gekocht werden. Probiere unser Mango-Chutney unbedingt mal aus und überrasche deine Liebsten mit etwas Selbstgemachten zu Weihnachten! So schnell geht's:

Step 1:

Zuerst musst du die Zwiebeln schälen und fein würfeln. Die Mangos schälen und in möglichst kleine Würfelchen schneiden. Dann den Ingwer schälen und fein reiben.

Step 2:

Nun erhitzt du 3 EL Öl in einem Topf und schwitzt zunächst die Zwiebeln und den Ingwer darin glasig an. Dann alles mit dem Saft der Orange und 2 EL Weißweinessig ablöschen. Nun gibst du die Mangowürfel, den braunen Zucker sowie den Kardamom, Nelke, Sternanis, Kurkuma, Kreuzkümmel, Chiliflocken und die Zimtstange dazu. Zum Schluss alles mit etwas Orangenabrieb und einer Prise Salz würzen und für ca. 20 Minuten einköcheln lassen. Anschließend gibst du das Chutney in saubere Gläser und verpackst diese hübsch.