Rezept

Einfaches Mango-Chutney

Ein Rezept von Einfaches Mango-Chutney, am 05.06.2025

Zutaten

3	reife Mangos (ungefähr 1,2 kg)
1	rote Paprikaschote
50 g	frische Ingwerwurzel
150 g	Zucker
	¼ l Obstessig
	1-2 Knoblauchzehen
1 TL	Senfkörner
1	reife Ananas (1-1,2 kg schwer)
2	frische rote Chilischoten
50 g	Rosinen
1 EL	Salz
	2-3 Zwiebeln
2	Zitronen
1 TL	Pimentkörner

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Liter | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 1840 kcal

Zubereitung

1. Bei den Mangos das Fruchtfleisch am Kern entlang wegschneiden, die Stücke schälen und würfeln. Möglichst viel Fruchtfleisch noch von den Kernen abkratzen. Die Ananas schälen und auch in Würfel schneiden.

2. Paprikaschote und Chilischoten längs halbieren, Stiele, Kerne und Trennwände entfernen. Schoten waschen und in kleine Stücke schneiden. Den Ingwer schälen und in Scheibchen schneiden. Rosinen grob hacken.

3. Alle vorbereiteten Zutaten in einen großen Topf geben, mit Zucker, Salz und Essig mischen und zugedeckt über Nacht oder wenigstens einige Stunden ziehen lassen.

4. Dann erst Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken, Zitronensaft auspressen, alles mit den Gewürzen in den Topf geben und gut mit den Früchten mischen.

5. Deckel zu, bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen. Dann die Hitze herunterschalten, ohne Deckel noch 30 Minuten sanft vor sich hin köcheln lassen, bis das Chutney eingedickt ist. Öfter mal umrühren und aufpassen, daß nichts anbrennt.

6. Wenn's für den Vorrat sein soll, ganz heiß in kochendheiß ausgespülte Gläser (mit Twist-off-Deckel) füllen und sofort verschließen. Ansonsten: Abkühlen lassen und essen.