

Rezept

## Exotische Senfrüchte

Ein Rezept von Exotische Senfrüchte, am 09.06.2026

### Zutaten

<b>250 g</b> kleine Kumquats	<b>250 g</b> Litschis
<b>1</b> große Karambole	<b>2 TL</b> Salz
<b>500 g</b> Zucker	<b>1 TL</b> Traubenzucker
<b>2 EL</b> helle Senfkörner	<b>100 ml</b> trockener Weißwein
<b>80 ml</b> Weißweinessig	<b>3</b> rote Chilischoten

### Rezeptinfos

**Portionsgröße** ZUTATEN für 3 Gläser (à 1/4 l Inhalt) | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 60 bis 90 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 840 kcal

### Zubereitung

1. Die Kumquats waschen und mit einer Kartoffelgabel oder Nadel mehrmals einstechen. Die Litschis schälen und vom Stein befreien. Die Karambole waschen und quer in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden.
2. In einem weiten Topf 1 l Wasser mit dem Salz aufkochen lassen. Kumquats dazugeben und ca. 10 Min. bei mittlerer Hitze kochen lassen. Die Karambole dazugeben und 2 Min. mitkochen. Den Topf vom Herd nehmen, die Litschis untermischen und 1 Min. ziehen lassen. Die Früchte in einem Sieb abtropfen lassen.
3. Inzwischen 400 g Zucker mit Traubenzucker und 100 ml Wasser in einem Topf verrühren, aufkochen und bei starker Hitze 3-4 Min. kochen lassen, bis sich der Zucker gelöst hat. Die Früchte unter den Sirup mischen und zugedeckt 1 Tag ziehen lassen.
4. Danach die Früchte in einem Sieb abtropfen lassen, den Sirup auffangen und wieder in den Topf gießen, den übrigen Zucker untermischen. Den Sirup aufkochen und unter Rühren bei starker Hitze 5 Min. kochen lassen. Die Früchte gut untermischen und zugedeckt 1 Tag ziehen lassen.
5. Die Früchte erneut im Sieb abtropfen lassen, den Sirup auffangen und 1/2 l abmessen. Senfkörner im Mörser anstoßen. Mit Sirup, Wein und Essig in einem Topf aufkochen und bei starker Hitze unter Rühren ca. 15 Min. kochen lassen.
6. Zwischendurch die Chilis waschen und längs bis zum Stiel einschneiden. Mit den Sirupfrüchten in saubere Gläser (am besten Twist-off- oder Bügelgläser) füllen.
7. Die Früchte mit dem heißen Sirup bedecken, dabei darauf achten, dass die Senfkörner gleichmäßig verteilt sind. Die Gläser verschließen und die Früchte mindestens 2 Wochen ziehen lassen. Passen zu gekochtem Fleisch, Wild und Geflügel, aber auch zu Käse. Halten sich im Kühlschrank mindestens 6 Monate.