

Rezept

Grünes Ajvar

Ein Rezept von Grünes Ajvar, am 28.06.2026

Zutaten

- | | |
|--|----------------------------|
| 2 1/2 grüne Paprika (ca. 500 g) | 1 grüne Chilischote |
| 1 Knoblauchzehe | 3 EL Olivenöl |
| 2 EL Apfelessig | 1 TL Zucker |
| Salz | Pfeffer |
| 1 Twist-off-Gläser à 300 ml | |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion**
Ca. 100 kcal, 8 g F, 1 g EW, 6 g KH

Zubereitung

1. Paprika und Chilischote waschen, halbieren, Stielansatz, weiße Trennwände und Kerne entfernen. Von den Paprikahälften die Haut mit dem Sparschäler abziehen. Knoblauch schälen. Paprika, Chili und Knoblauch fein würfeln.
2. Das Öl in einem Topf erhitzen, Paprika, Chili und Knoblauch darin unter Rühren ca. 5 Min. bei mittlerer Hitze andünsten. Mit 4 EL Wasser ablöschen und offen weitere 10-15 Min. dünsten.
3. Das Gemüse mit dem Essig in einem hohen Rührbecher fein pürieren. Mit Zucker, Salz und Pfeffer würzen. In das Twist-off-Glas füllen und abkühlen lassen. Gekühlt 1-2 Wochen haltbar.