

Rezept

Kokos-Koriander-Chutney mit Chili und Minze

Ein Rezept von Kokos-Koriander-Chutney mit Chili und Minze, am 07.11.2024

Zutaten

| | |
|--|-------------------------------|
| 50 g frisches Kokosnussfleisch | 30 g Minze |
| 60 g Koriandergrün | 1 kleine Knoblauchzehe |
| 1 grüne Chilischote | 1/2 TL brauner Zucker |
| 2 EL frisch gepresster Limettensaft | Salz |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 70 kcal

Zubereitung

1. Das Kokosnussfleisch auf der Rohkostreibe fein raspeln. Kräuter abbrausen und trocken schütteln, Minzeblättchen abzupfen und grob zerschneiden, Koriander mit Stängeln ebenfalls grob zerschneiden.

2. Knoblauch schälen und grob hacken. Chilischote längs halbieren und die Kerne entfernen, die Hälften waschen und fein hacken. Beides mit Kräutern, Zucker und Limettensaft in einen hohen Rührbecher geben und mit dem Pürierstab fein pürieren, dabei eventuell 1-3 EL Wasser hinzufügen (es sollte aber ein eher trockenes Chutney sein). Kokosraspel unterrühren und mit Salz würzen. Vor dem Servieren möglichst 1 Std. durchziehen lassen.