

Rezept

Passionsfruchtsenf

Ein Rezept von Passionsfruchtsenf, am 08.12.2025

Zutaten

3-4 Passionsfrüchte	50 g frischer Ingwer
1 Bund Koriandergrün	1 El Korianderkörner
100 g grobkörniger Senf	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Ergibt ca. 200 ml | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 140 kcal

Zubereitung

1. Die Passionsfrüchte halbieren, mit einem Teelöffel das Fruchtfleisch herauslösen und durch ein Sieb streichen, um die Kerne zu entfernen.
2. Ingwer schälen und fein reiben. Koriandergrün waschen, trocken schütteln und grob hacken. Ingwer, Koriandergrün, Korianderkörner und Passionsfrucht im Blitzhacker fein pürieren. Mit dem Senf verrühren und salzen. Den Senf in Gläser füllen. Die Gläser verschließen und kalt stellen.