Rezept

Veganes Schmalz mit Zwiebeln

Ein Rezept von Veganes Schmalz mit Zwiebeln, am 11.06.2025

Zutaten

- **80 g** Pflanzenfett
- **1** kleiner Apfel
- **80 ml** neutrales Pflanzenöl
- **2** Zwiebeln
- **80 g** Kokosfett
- **2** Schraubdeckelgläser (à 300 ml Inhalt)

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 2 Gläser à 250 g | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 130 kcal

Zubereitung

1. Das Pflanzenfett in einer Pfanne erhitzen. Die Zwiebeln schälen und sehr fein würfeln. Die Zwiebelwürfel in die Pfanne geben und bei kleiner Hitze in ca. 10 Min. langsam ausbraten, bis die Zwiebeln goldbraun sind und angenehm nach Röstzwiebeln duften.

2. Den Apfel schälen und ebenfalls sehr fein würfeln. Zu den Zwiebeln geben und ca. 5 Min. mitrösten. Die Pfanne vom Herd nehmen und das Kokosfett sowie das Öl gründlich unterrühren. Die Mischung ca. 2 Std. abkühlen lassen, danach in Gläser füllen und in weiteren 6 Std. vollständig fest werden lassen.