



hr1-DOLCE VITA

Christina Weinreich Amburella Chutney

Ergibt ca. 1 Glas a 330 ml:

ZUTATEN

- 500 g Amburella (kleine grüne Mangos)
- 2 kleingehackte rote Zwiebeln
- 3 – 4 gehackte Knoblauchzehen
- 3 cm frischer Ingwer (geschält und in kleine Stücke geschnitten)
- 1 TL Zimt
- ½ TL Nelkenpulver
- ½ TL Kardamom
- 1 TL Chiliflakes
- 2 grüne Chilis (ein- bis zweimal diagonal durchgeschnitten)
- Salz nach Geschmack
- 150 g Zucker
- 200 ml Essig

ZUBEREITUNG

Amburella schälen, entkernen und in kleine, mundgerechte Stücke schneiden. Essig mit Zwiebeln, Knoblauch, Chilis, Gewürzen und Zucker aufkochen. Gut umrühren, damit der Zucker nicht ansetzt. Sodann Früchte hinzufügen und auf kleiner Flamme bei regelmäßigem Umrühren ca. 30 Min. köcheln lassen, bis die Flüssigkeit absorbiert ist und das Ganze eine marmeladenähnliche Konsistenz hat. Heiß in Marmeladengläser füllen und gut verschließen. Das Chutney hält sich im Kühlschrank einige Wochen.

Tipp: Chutney nach Geschmack zu Reis und Currys servieren.

Rezept aus dem Buch:

Christina Weinreich

**Lakmalie's originale Reis & Curry Rezepte: Ein Ausflug in die
Küche und Kultur Sri Lankas**

Verlag: Books on Demand

ISBN: 978-3741205491