

# Mangochutney

Die Rezepte können als mögliche Einkaufsvorlage dienen und sind für geübte Köche als Gedankenstütze formuliert.

Dip, Aufstrich  
Land fehlt

Vorbereitung  
Kochzeit  
Menge für 500g

## Zutaten für Einkaufsliste

Pos.	Menge	Einheit	Zutaten
<b>Zutaten</b>			
1	100	Gramm	Schalotten
2	5	Zentimeter	frischer Ingwer
3	2	Stück	2-5 Stück rote Chilis
4	2	Stück	Reife Mangos
5	50	Gramm	getrocknete Mangos
6	1	Teelöffel	Senfkörner
7	1	Teelöffel	Korianderkörner
8	1	Stange	Zimtstange
9	80	Gramm	brauner Zucker, (eher weniger Zucker nehmen)
10	0.5	Teelöffel	Salz
11	1	Stück	Bio Orange und 1 Bio Limette

## Anleitung Zubereitung

1	Alle frischen Zutaten gut waschen oder schälen.
2	Schalotten in dünne Ringe schneiden, Ingwer fein hacken. Chilis mit Kernen fein hacken. Von Orange und Limette je 1/2 TL Schale abreiben und den Saft abpressen. Mangos klein würfeln und die getrockneten Mangos in kleine Stücke schneiden.
3	Schalotten, Ingwer, Chilis, Zitruschalen, Zitrusaft, Mangos, Koriander, Senfkörner, Zimtstange, Zucker und Salz in eine Pfanne geben und offen bei kleiner Hitze unter häufigem Rühren 25-30 Min. köcheln lassen, bis das Chutney dickflüssig ist.
4	Zimtstange entfernen und Masse in sterilisierte Gläser abfüllen. Haltbarkeit 1 Jahr.
5	Serviervariante: frisch gehackten Koriander vor dem Servieren daruntermischen.