



REZEPT DER WOCHE

Zucchini-Chutney

Zutaten

Das Rezept beinhaltet 1kg Zucchini. Es eignet sich aber hervorragend, um große Mengen Zucchini einzukochen – dann die Zutatenliste einfach vervielfältigen.

- 1 kg Zucchini
- 330g (Lauch-)Zwiebeln
- Salz

- 200 ml Essig
- 150g Zucker
- 1 EL Senf
- 1 EL Currypulver
- 1 EL Paprikapulver, süß
- 1 EL Paprikapulver, scharf
- 0,5 EL Cayennepfeffer
- Pfeffer nach Belieben

- 1 leicht gehäuften EL Mehl

Zubereitung

Zucchini und Zwiebeln nach Belieben in Würfel/Scheiben schneiden (wir machen gerne kleine Würfel, dann bleibt es gut auf dem Brot) – in einen großen Topf geben, mit reichlich Salz vermengen und eine knappe Stunde ziehen lassen (wir salzen jede Lage, die wir nach dem Schneiden in den Topf tun, dann brauchen wir nach dem Schneiden nicht mehr so lange zu warten).

Nach dem Ziehen lassen die entstandene Flüssigkeit abgießen/abschöpfen oder in einem Sieb ausdrücken. Sie wird für das Rezept nicht mehr benötigt.

Essig, Zucker, Gewürze in den Topf geben. Essig-Menge so wählen, dass die Zucchini-Zwiebel-Masse gerade bedeckt ist. Alles zusammen 45 Minuten köcheln lassen.

Dann Mehl oder Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und langsam und unter Rühren in den Topf gießen. Weitere 2-3 Minuten köcheln lassen. Währenddessen einige saubere Gläser zum Abfüllen abkochen (oder 15 min im Ofen bei 130 Grad sterilisieren) und anschließend das heiße Chutney einwecken (Schraubgläser nach dem Schließen auf den Deckel stellen und abkühlen lassen).

Das Chutney ist sehr würzig, aber kaum scharf und schmeckt auch im Winter noch zu vielen Gerichten oder dünn aufs Butterbrot.

Guten Appetit!