Pflaumen-Chutney

Wenn ihr euch genauso in dieses Chutney verliebt wie ich, kocht ihr spätestens beim zweiten Mal die doppelte Menge – denn die süß-saure Sauce zieht Geschmacksknospen so schnell in ihren Bann, dass ich jeden Herbst die Fans meines Pflaumenchutneys mit Nachschub versorgen muss. Auf den Tisch kommt es dann nicht nur zum Weihnachtsessen, sondern auch als Beilage zu geröstetem Gemüse, Ofen- und Schmorgerichten.



Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (5 x 230 Milliliter): 1 Kilogramm Pflaumen | 12 EL braunen Zucker | 4 rote Zwiebeln | 40 Gramm Ingwer | 1 Teelöffel Nelken | 1 Teelöffel Sternanis | 0,5 Teelöffel Zimt | 200 Milliliter Orangensaft | Gläser mit Schraubverschluss | 1 Esslöffel Sonnenblumenöl oder 20 Gramm Butter| Teesieb



Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (40 Minuten): 1. Pflaumen waschen, entkernen und in feine Würfel schneiden. 2. Ingwer sowie Zwiebeln schälen und fein hacken. 3. Zwiebeln und Ingwer in Öl anschwitzen, nach wenigen Minuten die Pflaumen hinzugeben. 4. Mit Orangensaft ablöschen und Zimt hinzugeben. 5. Nelken und Sternanis in ein Teesieb füllen und dieses mit in den Topf geben. 6. Während das Chutney einkocht die Gläser und Deckel mit kochendem Wasser ausspülen und kopfüber auf ein sauberes Küchentuch stellen. 7. Sobald das Chutney die gewünschte Konsistenz erreicht, das Teesieb herausnehmen und das Chutney noch heiß in die mit kochendem Wasser ausgespülte Gläser füllen, die Deckel fest zuschrauben, und das Pflaumen-Chutney bei 100° Grad 30 Minuten einkochen (bitte beachte hierzu auch meine Einkoch-Hinweise).

Eignet sich hervorragend für: Herzhafte Käsehäppchen!

Jetzt mehr Chutney-Rezepte entdecken!

Nährwerte/Portion: 303 Kalorien | 3,2 Gramm Fett | 63,7 Gramm Kohlenhydrate | 2,5 Gramm Eiweiß