

Chili-Salsa

Feine Schärfe, etwas Säure und eine leichte Süße. Diese Chili-Salsa findet die perfekte Balance, verleiht deinen Gerichten den gewissen Kick und in nur 15 Minuten eine ganz neue Tiefe und Vielschichtigkeit.



Chili-Salsa | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (6 Portionen): 2 Zwiebeln (ca. 150 Gramm) | 8 Chilischoten | 1 Esslöffel Öl | 1 Esslöffel Honig (Agavendicksaft für eine vegane Variante) | 2 Esslöffel Apfelessig | 0,5 Teelöffel Salz



Chili-Salsa | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (15 Minuten): 1. Zwiebeln schälen und fein würfeln. 2. Chilischoten in feine Ringe schneiden (wer es weniger scharf mag, entfernt die Kerne). 3. Zwiebeln und Chilis auf kleiner Flamme im Öl anbraten und circa zehn Minuten schmoren lassen. 4. Honig sowie Apfelessig unterrühren und mit Salz abschmecken.

Jetzt noch mehr [Dips & Salsa-Rezepte](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 128 Kalorien | 1,6 Gramm Fett | 8,4 Gramm Kohlenhydrate | 3,5 Gramm Eiweiß