



als Brotbelag, Ergänzung zu Käse oder zu Fleischgerichten

Feigen-Chutney

Ergibt ca. 4 Gläser á 100 ml

Zutaten:

50 g brauner Zucker
1 TL Wasser
80 ml weißer/roter Balsamico
50 ml Rotwein
450 g getrocknete Feigen,
ungeschwefelt
1 Lorbeerblatt
Chilischoten, getrocknet oder
frisch (oder Chilipulver)

Zubereitung:

1. Für das Chutney den braunen Zucker in einem Topf mit 1 TL Wasser karamellisieren lassen. Mit Balsamico und Rotwein ablöschen.
2. Die Chilischoten, das Lorbeerblatt und die Feigen dazugeben. Alles 15 - 20 Minuten auf niedrigster Stufe köcheln lassen, bis es leicht dickflüssig wird, gelegentlich umrühren. Das Lorbeerblatt nach Belieben entfernen und das Chutney in die Gläser füllen.

Tipps und Varianten:

- Hält sich gute 2 Wochen im Kühlschrank.
- Passt hervorragend zum Mandelnusstofu mit Süßkartoffelbrei (S. 57).
- Schmeckt sehr gut als Brotbelag zu Brot oder Brötchen (siehe auch: Vollkornbrötchen auf (S. 19).

