

# Birnen-Chutney

einfach | ⌚ 60 min



## ZUTATEN

🍷 1 grosses Glas

- > 2 Birnen
- > 1 kleine Zwiebel
- > 15 g Ingwer
- > 1 Knoblauchzehe
- > 2 EL Ahornsirup
- > 2 EL Apfelessig
- > 1 TL Chilipulver
- > 1 TL Zimt

Rezept: Jessica Schmidt, Foto: Durim Shala

## ZUBEREITUNG

- 1 Birnen klein schneiden, Zwiebeln und Knoblauch grob hacken.
- 2 In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und die Zwiebeln darin während einiger Minuten glasig dünsten.
- 3 Ingwer raffeln und zusammen mit dem Knoblauch und dem Chilipulver dazugeben und einige Minuten mitdünsten.
- 4 Birnenstückchen und Zimt begeben und alles mit Ahornsirup, Apfelessig und 50 ml Wasser ablöschen.
- 5 Bei kleiner Hitze unter gelegentlichem Rühren für 30–40 min köcheln lassen. Das Chutney sollte eine dickflüssige Konsistenz haben.
- 6 Direkt in ein sterilisiertes Glas abfüllen, gut verschliessen.
- 7 Kühl und trocken lagern.

**Tipp:** Hervorragend zu Porridge oder als Brotaufstrich.



Vegane Gesellschaft  
Schweiz



Weitere Rezepte unter [vegan.ch](http://vegan.ch)