

Chutney mit grünen Tomaten

Zutaten:

1 kg grüne Tomaten
2 Zwiebeln
2 EL Salz
2 Knoblauchzehen
120 g getrocknete Aprikosen
330 g Zucker
170 ml Weißweinessig
1 EL Mehl
1 TL Senf
1 TL Ingwer
Pfeffer



Zubereitung:

Die Tomaten waschen und halbieren. Dann die Strünke entfernen und die Tomaten mit einem scharfen Messer in Würfel (ca. 1x1 cm) schneiden. Die Zwiebeln schälen und ebenfalls würfeln. Beides mit dem Salz vermischen und eine Nacht ziehen lassen.

Am nächsten Tag Flüssigkeit abtropfen lassen. Die getrockneten Aprikosen klein schneiden und mit Zucker und Essig zu der Tomaten-Zwiebel-Masse geben. Alles im Kochtopf bei gelegentlichem Rühren und ohne Deckel für 45 Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit den Knoblauch möglichst klein hacken und das Mehl mit etwas Wasser glatt rühren. Beides sowie den Senf, Pfeffer und Ingwer für 10 Minuten mitkochen.

Das fertige Chutney in heiß ausgespülte Einmachgläser umfüllen. Kühl und dunkel lagern, so bleibt es länger frisch.

Tipp: Das Chutney schmeckt z.B. zu Fleischgerichten, Gebrilltem oder Käse.

Guten Appetit!



Unreife grüne Tomaten enthalten den Giftstoff **Solanin** (bis zu 32 mg/100 g).

Die Verzehrmenge von max. einem Milligramm pro Kilogramm Körpergewicht sollte **nicht überschritten** werden.



Hat dir das Rezept gefallen? Dann teile gerne ein Foto mit uns auf Instagram **#heimischelandwirtschaft**