



Mango-Chutney Sauce

★★★★★

BBQ, Dips, Soßen

Vorbereitungszeit: 25 Min. **Kochzeit:** 20 Min. **Gesamtzeit:** 45 Min.

Schwierigkeitsgrad: Leicht **Portionen:** 6 portion(en) **Quelle:** malteotten.de

ZUTATEN

250 g Mango(s), geschält und gewürfelt

75 ml Wasser

125 g Zucker

4 EL Essig

1 TL Salz

½ TL Anis, gemahlen

5 Körner Pfeffer

2 Stange/n Zimt

3 Nelke(n)

2 Lorbeerblätter

½ TL Cayennepfeffer

1 TL Paprikapulver, süß

Mark 1 Vanilleschote

NÄHRWERT

Calories: 147 kcal

Serving Size: 1

ZUBEREITUNG

Alle Zutaten gemeinsam ca. 20 Min. kochen. Die Mango muss richtig weich werden. Das Chutney kann man gut in Marmeladengläsern einige Wochen im Kühlschrank aufbewahren. Es schmeckt auch hervorragend als Fonduesauce.