

# Apfelchutney mit frischen Kräutern

Für 2 Personen / Zubereitungszeit ca. 30 Minuten



## Zutaten:

- 2 reife Äpfel (etwa 300–350 g), fest, aber saftig
- 1 kleine Zwiebel oder Schalotte
- 1 EL Ghee
- 1 TL frisch geriebener Ingwer
- ½ TL Chiliflocken
- 1 EL brauner Zucker
- 2 EL Apfelessig
- 30–50 ml Wasser
- ¼ TL Anis
- 1 Prise Kurkuma (optional)
- Salz nach Geschmack
- 1–2 EL fein gehackter Koriander oder Petersilie

## Schritt-für-Schritt

1. Äpfel waschen, entkernen und in kleine Würfel schneiden.
2. Zwiebel fein würfeln, Ingwer reiben.
3. Ghee in einem kleinen Topf bei mittlerer Hitze erhitzen. Kreuzkümmel und eine Prise Kurkuma kurz mitrösten (20–30 Sekunden), damit sie ihr Aroma entfalten. Zwiebel in den Topf geben und bei mittlerer Hitze glasig dünsten (2–3 Minuten).
4. Ingwer und Chiliflocken hinzufügen und 30–60 Sekunden mitbraten, bis es duftet.
5. Apfelwürfel in den Topf geben und kurz unterrühren, sodass sie mit den Gewürzen bedeckt sind.
6. Braunen Zucker und den Apfelessig dazugeben. Etwas köcheln lassen.
7. Etwa 30–50 ml Wasser hineingeben (je nach Saftigkeit der Äpfel) und die Hitze reduzieren.
8. Das Chutney bei mittlerer Hitze 10–12 Minuten köcheln lassen, bis die Äpfel weich sind und die Flüssigkeit leicht eingedickt ist. Gelegentlich umrühren. Mit einem Stabmixer kurz pürieren oder mit Kartoffelstampfer stampfen.
9. Mit Salz, eventuell etwas mehr Essig oder Zitronensaft und ggf. Zucker abschmecken — es soll ein ausgewogenes süß-sauer sein. Kurz vor dem Servieren die frisch gehackten Kräuter (Koriander oder Petersilie) unterrühren.