

# Apfel-Chutney

## Zutaten I ca. 5 Gläser

1500 g	Säuerliche Äpfel
500 g	Zwiebeln
500 g	Zucker
150 g	Rosinen
1 TL	Salz
1 Prise	Gemahlene Nelken
1 Prise	Pfeffer
½ TL	Curry
1,5 Tassen	Weinessig

Zubereitungszeit: 15 Min., Garzeit: 1 Stunde

## Zubereitung:

- Äpfel und Zwiebeln schälen, grob würfeln und mit den restlichen Zutaten mischen.
- Die Mischung in einen Kochtopf geben und ca 90 Minuten bei geringer Wärmezufuhr köcheln lassen.
- Das Chutney heiß in Schraubgläser füllen und sofort verschließen.

## Tipp:

Das Chutney kann sehr gut zu Fondue, Fleisch- und Wildgerichten gereicht werden und ist verschlossen ca. 6 Monate haltbar.

Nährwertangaben können je nach Größe und Gewicht der Lebensmittel variieren.  
Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion von 100 g:

## Nährwerttabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
128 kcal	0,1 g	30,9 g	0,6 g	13,0 mg