



Paprika-Kiwi-Relish

Zeit gesamt
🕒 1h 15min

Zubereitungszeit
🕒 35min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 12 Portionen

Paprika, rot	4 St.
Stangensellerie	125 g
Kiwi	6 St.
Zwiebeln, gelb	5 St.
Essig	500 ml
Salz	2 TL
Pfeffer, weiß	
Brauner Zucker	250 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf mit Deckel

1. Paprika waschen, halbieren, Strunk und Kerne entfernen. Stangensellerie waschen und Wurzelansätze entfernen. Kiwis halbieren und Fruchtfleisch mit einem Löffel aus der Schale lösen. Zwiebeln halbieren und Schale entfernen. Alles gleichmäßig fein würfeln.
2. In einem Topf Essig auf mittlerer Stufe erhitzen und alle vorbereiteten Zutaten dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Das Relish auf niedriger Stufe zugedeckt für ca. 40 Min. köcheln lassen.
3. Einmachgläser (à 250 ml) heiß waschen und gut abtrocknen. Das noch heiße Relish randvoll in die sauber ausgespülten Gläser füllen. Gläser fest verschließen und abkühlen lassen.

Guten Appetit!

Info: Relish ist eine süß-säuerliche Würzsauce, die gerne zu reichhaltigen Gerichten serviert wird.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	160 kcal
Kohlenhydrate	36 g
Eiweiß	2 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	1 g