

Mango chutney - f.eks. i sandwiches

Opskrift til 4-6

Forberedelsestid

15 minutter

Tilberedelsestid

15 minutter

Samlet tid

30 minutter

Ingredienser

- 1 mango
- 2 strimler forårsløg
- 1 stort fed hvidløg
- 2-3 cm frisk ingefær (omkring 10 g)
- saft fra 1/2 citron
- 1 spsk flydende honning eller agavesirup
- 1 tsk. kardemomme
- 1 spsk. kanel
- 1 spsk. garammasala
- salt og peber
- 0,5 dl olie
- 3 spsk. eddike
- 600 g kyllingebryst

Sådan gør du

1. Fjern skralden fra mangoen og skær den i tern, kom det i en skål (du kan også bruge frossen mango, som allerede er skåret ud)
2. Snit forårsløg, riv eller pres hvidløg og kom begge dele ned til mangoen
3. Skræl og riv frisk ingefær og kom ved
4. Pres citronsaft, kom honning, krydderier, olie og eddike i skålen og rør rundt
5. Klip eller skær kyllingen i mindre stykker og kom det ned i skålen, vend det rundt
6. Steg nu blandingen på en pande, til kyllingen er gennemstegt
7. Server med ris eller kom fyldet i nogle brød sammen med lidt salat, evt. agurk eller syltede rødløg.