

Mutters leckere Einkoch-Idee:

Zucchini süß-sauer

(eingekocht)

Zutaten für 3kg Zucchini (größere, geschälte, ausgehöhlte):

- 1 Flasche Kräuteressig
- 500g Zwiebeln (rot oder weiß)
- je 2 grüne und rote Paprika
- 1 Pckg Senfkörner
- 2 EL Salz
- 4 TL Selleriesalz
- 4 TL Kurkumapulver
- 4 Tassen Zucker

Zubereitung:

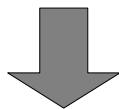
Alle Gemüse mundgerecht zerkleinern, und mit den anderen Zutaten vermischen und über Nacht stehen lassen. In Gläser füllen. Bei 90°C 10 Minuten in Twist-Off oder Einweckgläsern im Einkocher erhitzen und danach langsam abkühlen lassen.

Verwendung:

- Ideal als Zusatz für den bunten Salat
- als leckere Vorspeise
- zum Butterbrot
- als Schonkost

Viel Spaß beim Einwecken und Genießen
wünscht
Torsten Brunkhorst

Hier gibt's noch mehr Rezepte und Infos über mein Sortiment und die Gärtnerei.



www.gourmet-gaertnerei.de

Mutters leckere Einkoch-Idee:

Zucchini süß-sauer

(eingekocht)

Zutaten für 3kg Zucchini (größere, geschälte, ausgehöhlte):

- 1 Flasche Kräuteressig
- 500g Zwiebeln (rot oder weiß)
- je 2 grüne und rote Paprika
- 1 Pckg Senfkörner
- 2 EL Salz
- 4 TL Selleriesalz
- 4 TL Kurkumapulver
- 4 Tassen Zucker

Zubereitung:

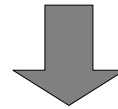
Alle Gemüse mundgerecht zerkleinern, und mit den anderen Zutaten vermischen und über Nacht stehen lassen. In Gläser füllen. Bei 90°C 10 Minuten in Twist-Off oder Einweckgläsern im Einkocher erhitzen und danach langsam abkühlen lassen.

Verwendung:

- Ideal als Zusatz für den bunten Salat
- als leckere Vorspeise
- zum Butterbrot
- als Schonkost

Viel Spaß beim Einwecken und Genießen
wünscht
Torsten Brunkhorst

Hier gibt's noch mehr Rezepte und Infos über mein Sortiment und die Gärtnerei.



www.gourmet-gaertnerei.de