

# BLOMMECHUTNEY



## INGREDIENSER

600 g blommer  
150-200 g sukker  
1 dl æbleeddike  
1 spsk. korianderfrø  
5 kardemommekapsel  
2 laurbærblade  
1 chili  
sort peber  
2 spsk. sennepsfrø  
rødløg

## SÅDAN GØR DU

Halver blommerne og kassér sten.  
Snit løget i smalle både.

Kom alle ingredienserne i en gryde, vend godt rundt og hold øje med, at det ikke koger tør eller brænder på. Det tager ca. en time.

Smag på lagen efter 30 minutter og tilføj evt. mere sukker/eddike.

Efter en time er blommerne møre og udkogte, løgstykkerne sprøde og lagen sirupsagtig.

Kom chutneyen på skoldede glas og opbevar på køl. Her holder den sig fint et par uger.

Brug chutneyen som tilbehør til fx: gryderetter med karry, farsretter, stegt kød, ovenpå ost mm.



LOMA  
UNDER  
VISNING  
OPSKRIFT

STRAND  
GÅRD  
SKOLENS  
HØST  
MARKED

Undervisningsmaterialet er udviklet af LOMA-skolerne i samarbejde med Center for Anvendt Skoleforskning, UCL.

Materialerne er tilgængelige på [www.lomaskole.dk](http://www.lomaskole.dk).  
Projekt LOMA-lokal mad er støttet af Nordea-fonden.

NORDEA  
FONDEN  
Vi støtter gode liv

