

Rote Zwiebelmarmelade

www.fitdurchsleben.com

Zutaten für 5 Personen:

60	ml	Olivenöl, raffiniert
300	g	Rote Zwiebel, geschält, feine Streifen
1	ST	Chilischote, rot – halbiert, entkernt – in Streifen
		Salz, frisch gemahlener weißer Pfeffer
50	g	Zucker, braun
30	ml	Balsamicoessig
		Zimt
1	EL	Preiselbeermarmelade

Herstellung:

1. Zwiebel in Olivenöl glasig anschwitzen.
2. Chilistreifen hinzu geben und mit Salz würzen.
3. Die Zwiebelstreifen für ca. 10 Minuten bei niedriger Hitze dünsten lassen.
4. Den Zucker dazugeben – leicht karamellisieren, mit dem Essig ablöschen, Zimt und Preiselbeermarmelade hinzu geben und schwacher Hitze ca. 20 Minuten dahin köcheln lasse.
5. Am Ende nochmals abschmecken.

