

Afghanische Einlegerezepte von Nada Karimy

Chutney mit grünen Paradeisern

1kg grüne Paradeiser

1 Knoblauchbund

5 Pfefferoni scharf (afghanisch: sehr scharf!)

½ l Essig

½ Esslöffel Salz

1 Esslöffel Zucker

1 Bund Basilikum

Alles gemeinsam pürieren. 2 Wochen in der Sonne stehen lassen.

Passt zu Salat, Gemüse, Kebab und zum Würzen von Speisen.

Chutney mit roten Paradeisern

1kg rote Paradeiser

1 Knoblauchbund

5 Pfefferoni scharf

½ l Essig

Honig

Tarkory Turschy

1 Brokkoli in Röschen

1 Karfiol in Röschen

½ kg Karotten ungeschnitten

Alle in einem heißen Essigbad 5 min blanchieren und dann 20 min in einem Baumwolltuch trocknen

6 Knoblauchzehen

2-5 Pfefferoni nur seitlich der Länge nach angeschnitten

1 Ästchen Minze

Alles in Gläser füllen und mit Essig auffüllen. In 3 Wochen essfertig.

Ist sehr lange haltbar. Gut nach dem Essen: reinigt den Magen.

Nadas Turschy mewejad (süß)

2 harte grüne unreife Äpfel

2 harte grüne unreife Birnen

2 Orangen (in Scheiben)

2 Pfefferoni

1 EL Zucker oder Honig

Zur Hälfte mit Essig und die andere Hälfte mit Multivitaminsaft auffüllen.