

Chutney: rychlý tahák

Chutney není jediná univerzální omáčka. Jde o celou rodinu ovocných, bylinkových, sladkých, kyselých i pálivých dochucovadel.



Čtyři základní směry

Typ chutney	Charakter a použití
Mangové	Ovocné, sladké až pikantní; k samosám, kari, sýrům i grilovaným jídlům.
Mátové nebo koriandrové	Svěží bylinkové; k předkrmům, grilovanému masu a zelenině.
Tamarindové	Sladkokyselé; k chaats, smaženým snackům a luštěninovým jídlům.
Suché	Sypké nebo pastovité směsi; dávkují se jako výrazné dochucení.

Jak číst etiketu

Na etiketě	Co ověřit
Složení	Pořadí ovoce, bylinek, cukru, soli, octa, koření a dalších složek.
Alergeny	Řiďte se vždy zvýrazněním a upozorněním výrobce na konkrétním obalu.
Výživové údaje	Obsah cukru a soli se mezi jednotlivými chutney liší.
Uchování	Postupujte podle údajů výrobce před otevřením i po otevření.

Použití a domácí mango chutney



Párování podle jídla

Jídlo	Vhodný směr
Samosa nebo papadum	Mango pro plnost, máta pro svěžest, tamarind pro sladkokyselý kontrast.
Kari a rýže	Menší lžička ovocného chutney jako doplněk, nikoli náhrada omáčky.
Grilované maso nebo zelenina	Bylinkové chutney nebo pikantní mango.
Sendvič a sýr	Tenká vrstva ovocného chutney pro sladkokyselý kontrast.

Rychlý recept

Surovina	Množství
Zralé mango na malé kostky	300 g
Cukr	50–80 g podle sladkosti manga
Jablečný nebo rýžový ocet	60 ml
Čerstvý zázvor	1 lžička
Hořčičné semínko	1/2 lžičky
Chilli a sůl	Podle chuti

Postup

Všechny suroviny dejte do menšího hrnce. Zvolna vařte přibližně do zhoustnutí, pravidelně míchejte a ponechte viditelné kousky manga. Chuť doladujte až po malých dávkách.

Uchování

Hotové domácí chutney rychle zchlaďte, uchovávejte zakryté v lednici a spotřebujte v krátké době. U kupovaného výrobku vždy dodržte pokyny na etiketě.