

Pikanter Pflaumenaufstrich

Zutaten:

- 100 g Trockenpflaumen
- Essig
- 200 g Pflaumen
- 100 g frischer Fenchel
- 300 g Tomaten
- 1 Zehe Knoblauch
- 1 Stück Frühlingslauch
- etwas Olivenöl
- Fenchelsamen
- Kreuzkümmel
- 80 ml Pflaumensaft
- Salz
- Pfeffer

Die Trockenpflaumen mindestens 1 Stunde in Essig einlegen, am besten über Nacht. Herausnehmen und klein schneiden. Die frischen Pflaumen entsteinen und in etwa gleich große Stücke schneiden, ebenso den geputzten Fenchel und die Tomaten. Knoblauch und Frühlingslauch in sehr feine Scheiben schneiden.

Olivenöl in eine kalte Pfanne geben und erwärmen, nicht zu heiß werden lassen. Fenchel- und Kreuzkümmelsamen darin anrösten. Danach den Knoblauch dazugeben. Anschließend Fenchel und Tomaten kurz anschwitzen, eingeweichte Trockenpflaumen dazugeben. Noch einmal anschwitzen, dann mit Pflaumensaft ablöschen und nach Geschmack etwas Einweich-Essig hinzufügen.

Ist alles fast weich gekocht, kommen die frischen Pflaumen dazu. Nach Bedarf noch etwas Pflaumensaft dazugeben und unter ständigem Rühren köcheln lassen, bis die gesamte Flüssigkeit verkocht ist und der Aufstrich ähnlich streichfest wie Butter ist.

Nach Bedarf mit Salz, Pfeffer und Essig abschmecken. Zum Schluss den Frühlingslauch unterheben und gut abkühlen lassen. Im Schraubglas im Kühlschrank hält der Pflaumenaufstrich gut 1 Woche. Er schmeckt zu Käse, Fisch oder Gegrilltem.

Sendung/Quelle: Visite

Sendetermin: 08.08.2023

Koch/Köchin:

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen