

Schweinelende mit Kürbis-Chutney

(für 4 Personen)

500 g	Schweinelende
1	Schalotte
1 EL	Olivenöl
1	Mango
300 g	Kürbis
1	nussgroßes Stück Ingwer
1/2	Chilischote
1	Zwiebel
1	Limette
2 EL	brauner Zucker
2 EL	Obstessig
	Zimt
	Korinader
	Salz
	Pfeffer

Fleisch waschen und trockentupfen. Schalotte hacken und mit Öl, Salz und Pfeffer verrühren. Lende darin circa 20 Minuten marinieren.

Mango und Kürbis schälen, das Fruchtfleisch würfeln, Ingwer schälen, Chilischote entkernen. Chili und Ingwer fein hacken. Zwiebeln würfeln. Limette heiß abspülen und trockenreiben. Schale abreiben und den Saft auspressen.

Limettensaft und -schale mit Ingwer, Chili, Zwiebel, Kürbis, Mango, Gewürzen, Zucker und Essig aufkochen. Zugedeckt ca. 35 Minuten köcheln lassen. Chutney abschmecken und kalt stellen.

Fleisch in einer beschichteten Pfanne pro Seite ca. 4 Minuten braten. Mit Chutney anrichten. Dazu passen Blattsalat und Bauernbrot.