



Würziges Pflaumenkompott

Zwetschgenkompott

Die Pflaumen waschen, entsteinen und grob zerkleinern, mit dem Zucker, dem Rotwein, dem Essig und dem Zimt in einem Topf vermischen und mit Panch Phoron (wenn möglich frisch gemahlen) und einer Prise schwarzem Pfeffer würzen.

Erhitzen und dann bei kleiner bis mittlerer Hitze ca. 10 Minuten zu Kompott verkochen, dabei immer wieder umrühren, ggf. nochmal abschmecken.

Das Kompott kann entweder sofort gegessen werden, oder aber (wie Marmelade) heiß in Twist-Off-Gläser gefüllt werden.

Panch Phoron ist eine indische Gewürzmischung aus brauner Senfsaat, Nigella (Echter Schwarzkümmel), Fenchelsamen, Kreuzkümmel (Cumin) und Bockshornkleesamen.

Zubereitungszeit: 30 Min.
Schwierigkeitsgrad: normal
Brennwert p. P.: keine Angabe

Zutaten für 4 Portionen:

1 kg Pflaumen (Zwetschgen)
50 g Zucker evtl. mehr, je nach Süße der Pflaumen)
1 Schuss Essig (Rotweinessig)
100 ml Wein, rot, trocken
½ TL Zimt
Gewürzmischung, indische (Panch Phoron)
Pfeffer, frisch gemahlener schwarzer

Verfasser: Com.S_DAX

Das Leben schmeckt schön.

