

# meets Young Star

# Zur Goldige Guttere

## Chutney Time

10g Sonnenblumenöl  
100g Zwiebeln, in feinen Streifen  
500g Früchte wie Zwetschgen, Äpfel,  
Aprikosen, Mirabellen  
100g Zucker weiss  
1g Sel des Alpes  
100g Apfelessig

Zwiebeln im heissen Öl glasig dünsten.  
Früchte hinzugeben. 5 Minuten köcheln  
lassen. Weitere Zutaten hinzufügen und  
20 weiterkochen. Abschmecken, immer!  
Chutney kochend heiss randvoll in heiss  
ausgespülte Gläser füllen, sofort  
verschliessen.

**Apropos einmachen.** Du kannst eigentlich  
alles in Einmachgläser verpacken.  
Achte darauf, dass:

- \* Deine Gläser sehr gut gewaschen und  
mit heissem Wasser sterilisiert sind.
- \* Dasselbe mit den Deckeln. Diese  
dürfen keinerlei Rost oder Schmutz  
aufweisen. Sonst sind sie auch einfach  
zu ersetzen.
- \* Du sorgfältig abfüllst, der Glasrand  
muss sauber sein.
- \* Sich ein Deckelvakuum bildet.
- \* Du das Vakuum deiner Gläser eine  
Woche nach Abfülldatum immer wieder  
kontrollierst.

**Lust auf mehr? Wir sind immer auf der Suche  
nach Talenten. Auch für neue Projekte.**

## see more videos

@zurgoldigeguttere

## eat some toast

Zur Goldige Guttere  
Sihlfeldstrasse 45  
8003 Zürich

## stay in touch

[linda@zurgoldigeguttere.ch](mailto:linda@zurgoldigeguttere.ch)  
[meret@zurgoldigeguttere.ch](mailto:meret@zurgoldigeguttere.ch)

