



Hozzávalók:

5 dkg friss gyömbérgyökér, 0,5 liter fehérborecet vagy tárkonyecet, 15 dkg kristálycukor, 3 erős hegyes piros húsú paprika, 4 szegfűszeg, 6 szem fekete bors, 2 kis darabka fahéj, 1,5 kg maximum közepesen nagy körte

1. A gyömbért meghámozzuk és vékonyan fölszeleteljük. Az ecetet lábasba öntjük, 5 deci vízzel fölöntjük, és a cukrot beleszórjuk. A gyömbért, a fölszeletelt paprikát meg a többi fűszert hozzáadjuk és fölforraljuk.
2. Közben a körtét megmossuk és egészben hagyva vékonyan meghámozzuk úgy, hogy a szára is rajta maradjon. A forrásban lévő ízes lébe rakjuk és 4-5 percig kis lángon főzzük. Ha megpuhult, kiemeljük és fertőtlenített befőttesüvegbe rakjuk. A levét újra fölforraljuk, leszűrjük és kihűtjük.
3. Végül az üvegben lévő körtére öntjük és légmentesen lezárjuk. Hűtőszekrényben 1 hétig is eláll. Hidegen vagy megmelegítve, roston sült húsokhoz különleges köret.

4 főre

Elkészítési idő: 45 perc

Egy adag (cukros levével együtt): 324 kcal • fehérje: 2,0 gramm • zsír: 0,9 gramm • szénhidrát: 76,7 gramm • rost: 6,0 gramm • koleszterin: 0 milligramm