Chutney de banana



Tiempo de preparación: 120 Min

Ingredientes

Cascará de banana: 6 Unidades
Ajo en polvo: 1 Cucharadita
Paprika: 1 cucharaditas
Vinagre: 50 Centímetros Chubicos
Agua: Cantidad necesaria
Cebolla: 1 Unidad
Jengibre en polvo: 1 Cucharadita
Canela en rama: 1 Unidades
Azucar rubio: 2 Cucharadita

Para el humus

Garbanzos cocidos: 200 Gramos
Calabazas asadas: 200 Gramos
Sal: Cantidad necesaria
Aceite De Oliva: Cantidad necesaria
Jugo de Limón: 1/2 Unidad
Pimienta: Cantidad necesaria

Preparación de la Receta

- Con una cuchara retirar la pulpa de la càscara (parte blanca interior)
- Cortar en juliana bien fina
- En una olla rehogar con aceite *cebolla* en juliana hasta transparentar
- Agregar canela, *ajo* en polvo, *jengibre*
- *Paprika* y *saltear* por 30 segundos
- Añadir *vinagre*, dejar evaporar y sumar las càscaras de **banana** en juliana, azúcar rubio, cubrir con agua y dejar cocinar a fuego suave 20 minutos aprox
- Dejar enfriar y guardar en frasco

Para el hummus

- Procesar con mixer garbanzos, calabazas, *jugo* de *limón*, sal, pimienta e ir agregando aceite de oliva hasta integrar todo

- Servir el *hummus* sobre rodajas de pan de campo y terminar con **chutney** de *banana* y *cilantro* por encima

Consulta la receta original en
https://elgourmet.com/recetas/chutney-de-banana