

# Costillas con chutney de mango

Publicada por:

[imprimir](#)



© Mortimermax | Chef Plus

- 15'
- 40'
- 4
- 
- 
- 
- 

Comentario nutricional

El mango, la chirimoya y el aguacate son las frutas con mayor aporte calórico, por lo que se recomienda consumirlas con moderación.

## **Modo express**

1. Corte el mango en daditos; ralle la piel del limón y exprímalo. Pique muy fino el jengibre.
2. Salpimiente las costillas, vierta el aceite en la cubeta y programe el menú Freír/Sofreír a 180º 20 minutos. Cuando el aceite esté caliente, dore las costillas por ambos lados y resérvelas fuera de la cubeta.
3. A continuación vierta el agua, el azúcar, el mango, una pizca de sal, el jengibre, el zumo de limón, la mantequilla y el pimentón picante. Remueva, deje acabar el programa y añada las costillas de nuevo.
4. Con la tapa abierta, programe el menú Freír/Sofreír a 151º durante 20 minutos. Al terminar, retire las costillas, ponga el resto de ingredientes en otro recipiente y tritúrelos. Sirva las costillas cubiertas con esta salsa.