



Die Tomate

Ketchup mit Heimatgefühl



In handelsüblichem Ketchup ist meist Tomatenmark enthalten, das dafür oft aus China kommt. Deshalb habe ich für dich ein Rezept mit österreichischen Tomaten kreiert.



Viel Freude beim Nachkochen!

Bevor du beginnst: Wasche dir bitte gründlich deine Hände!

Zutaten

- 750 g Tomaten
- 150 g roten Spitzpaprika
- 150 g Zwiebel
- 4 Zehen Knoblauch
- 2 TL Rosmarin
- 1 TL Oregano
- 2 TL Paprikapulver
- 1 EL Salz
- 1 Handvoll frische Basilikumblätter
- 5 ganze Körner Piment
- 1 Zimtstange
- 50 g Zucker
- 120 ml milden Weinessig (z.B. weißer Balsamico)
- 2 TL Speisestärke



Utensilien

- Kleine Glasflaschen oder Gläser
- Topf
- Herdplatte
- Pürierstab
- Kochlöffel





Die Tomate

Ketchup mit Heimatgefühl

1. Zwiebel und Knoblauch klein schneiden. Bei den Tomaten die Stielansätze entfernen und würfelig schneiden. Paprika putzen und ebenfalls klein schneiden. Die Stücke müssen nicht gleichmäßig sein, der Ketchup wird anschließend noch püriert.



2. Stelle einen Topf auf die Herdplatte und gib einen Schuss Olivenöl hinein. Schwitze Zwiebel und Knoblauch einige Minuten an. Gib danach Paprika und Tomatenstücke dazu und lasse sie kurz mitschwitzen.



3. Danach nimmst du den Pürierstab und zerkleinerst den Topfinhalt.



Gib nun diese Zutaten hinzu:

- Rosmarin
- Oregano
- Paprikapulver
- Geschnittene Basilikumblätter
- Piment
- Zimtstange
- Optional: getrocknete Chilischote

Der Ketchup soll nun etwa 40 Minuten köcheln. Rühre immer wieder einmal um.





Die Tomate

Ketchup mit Heimatgefühl

5. Fische nun mit einem Kochlöffel die Zimtstange und die Pimentkörner heraus. Gib nun Essig und Zucker dazu und lasse den Ketchup weiterköcheln, bis er dickflüssiger wird. Das dauert ungefähr 20 Minuten.
6. Die Speisestärke mit einem Schuss kaltem Wasser glattrühren und zum Ketchup geben. Spüle die Gläser oder Flaschen vorher heiß aus. Lass dir von einem Erwachsenen helfen und füllt gemeinsam den heißen Ketchup in die Flaschen.
7. So abgefüllt und verschlossen hält der Ketchup bei kühler, dunkler Lagerung auch ganz ohne Konservierungstoffe ungefähr ein halbes Jahr.



Lass es dir schmecken!

