Scharfe Ketchupsauce

Zeit gesamt
15min

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Petersilie, frisch	10 g
Ketchup	6 EL
Senf	1 TL
Sonnenblumenöl	1 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Chili, gemahlen	0.5 TL

Zubereitung

Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Schneebesen

1. Zwiebeln halbieren, schälen und fein würfeln. Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken. In einer Schüssel mit Ketchup, Senf und Öl verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Chili würzig abschmecken.

Guten Appetit!

Tipp: Scharfe Ketchupsauce zu Gegrilltem reichen!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	53 kcal
Kohlenhydrate	7 g
Eiweiß	1 g
Ballaststoffe	1 g
Fette	2 g