



Tomatenketchup selber machen

Zeit gesamt
1h

Zubereitungszeit
15min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

Strauchtomaten	1 kg
Zwiebeln, gelb	200 g
Knoblauchzehen	1 St.
Zucker	50 g
Salz	1 TL
Pfeffer, schwarz	
Paprika, edelsüß	1 EL
Balsamicoessig, dunkel	50 ml
Tomatenmark	2 EL
Gelierzucker	300 g

Zubereitung



Küchenutensilien

Monsieur Cuisine

1. Tomaten waschen, Strunk herausschneiden und vierteln. Zwiebel halbieren und schälen. Knoblauchzehe schälen. In den Mixbehälter Tomaten, Zwiebel und Knoblauch geben und mit eingesetztem Messbecher 15 Sek./Stufe 8 zerkleinern.
2. Zucker, Salz, Pfeffer, Paprikapulver, Essig und Tomatenmark in den Mixbehälter geben und mit eingesetztem Messbecher 15 Sek./Stufe 6 verrühren. Anschließend ohne eingesetzten Messbecher mit Kocheinsatz als Spritzschutz 45 Min./95 °C/Stufe 1 köcheln lassen. Als Spritzschutz den Kocheinsatz auf den Deckel des Mixbehälters stellen.
3. Anschließend Gelierzucker zugeben und erneut 20 Min./100 °C/Stufe 1 kochen. Ketchup mit eingesetztem Messbecher 30 Sek./Stufe 8 pürieren. Ketchup heiß in sterilisierte Gläser oder Flaschen abfüllen, sofort verschließen und ca. 5 Min. auf den Kopf stellen, dann umdrehen und vollständig abkühlen lassen.

Viel Freude beim Genießen!

Tipp: Angebrochene Flaschen im Kühlschrank aufbewahren. Kühl und trocken gelagert hält sich der Ketchup ca. 6 Monate.

Das Rezept ergibt etwa 1 l Ketchup.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	1738 kcal
Kohlenhydrate	415 g
Eiweiß	14 g
Ballaststoffe	19 g
Fette	4 g