

Selbstgemachter cremiger Ketchup

VORBEREITEN

15
Min.

ZUBEREITEN

30
Min.

NIVEAU



Zutaten für 2 Gläser (à 350 g)

250 g griechischer Joghurt
3 kg Tomaten
2 Knoblauchzehen
1 Zwiebel
200 g brauner Zucker
200 ml Apfelessig
2 Esslöffel Salz
100 ml Rapsöl
2 Esslöffel Olivenöl

Für alle, die es mild mögen: Hausgemachter Ketchup wird hier mit frischem Joghurt verfeinert und landet so als extracremiger Dip neben Pommes und Co.

- 1 -

Backofen auf 230 °C vorheizen

- 2 -

Tomaten vierteln und Kerne herausschneiden.
Mit Olivenöl vermengen und auf einem tiefen Backblech mit Backpapier verteilen. Im Ofen etwa 15 Minuten

backen.

- 3 -

Tomaten aus dem Ofen holen und mit einer Passiermühle zu feinem Mus verarbeiten. Alternativ kannst du die Tomaten auch in einem Topf mit einem Pürierstab pürieren und anschließend durch ein feinmaschiges Sieb passieren.

- 4 -

Zwiebel und Knoblauch schälen und möglichst fein hacken. In einem großen Topf 2 EL Rapsöl bei mittlerer Stufe erhitzen. Zwiebel und Knoblauch hinzufügen und etwa 5 Minuten anschwitzen. Tomatenpüree, Zucker und Apfelessig hinzufügen. Mischung unter konstantem Rühren einkochen lassen.

- 5 -

Mischung mit dem restlichen Rapsöl in einen Mixer gießen und auf höchster Stufe zu einer cremigen, glatten Masse mixen. Wer keinen Mixer zu Hause hat, kann das Öl auch mit dem Pürierstab oder einem Schneebesen untermengen. Für ein besonders feines Ergebnis die Masse ggf. nochmal durch ein Sieb passieren. Joghurt dazugeben, verrühren und fertigen Ketchup in einen luftdichten Behälter abfüllen. Im Kühlschrank hält sich der Dip bis zu 1 Woche.