

## Ketchup selbst einkochen



Bei gekauften Ketchup weiß man nie, wie viele Tomaten und wie viel Zucker man wirklich kauft. Deshalb lohnt es sich selbst Ketchup einzukochen.

Zutaten:	Zubereitung:
2 Teel gelbe Senfkörner	im Thermomix fein mahlen
1 mittelgroße Zwiebel	schälen und fein hacken, in einem Topf, in
1 Teel Öl	glasig dünsten.
30 g Tomatenmark	zugeben und kurz anrösten.
1,5 kg frische Tomaten	den Kelchansatz heraus schneiden und zu dem Senfpulver in den Thermomix geben. Alles fein pürieren und zu den Zwiebeln geben. Mit
½ Teel Zimt, ½ Teel gem. Piment,	würzen

½ Teel Cayennepfeffer, 2 Teel Salz, schwarzer Pfeffer	
3 Eßl Honig	zugeben und mit
120 ml Apfelessig	auffüllen. Den Ketchup mindestens 40 Min einköcheln lassen. Durch ein feines Sieb passieren und nochmals aufkochen lassen. Heiß in gut gespülte Gläser füllen und sofort verschließen.

Tipp: Als Gläser nehme ich immer gerne alte Smoothie-Flaschen oder kleine Marmeladen-Gläser.

Tipp 2: Wer es gerne schärfer mag, kann mit den Tomaten auch 1-2 entkernte Chili-Schoten mitpürieren und mit einkochen.