

Tomaten-Sugo nach einem echten Bologneser Rezept



Wenn im Sommer alle Tomaten gleichzeitig reifen, koche ich Tomaten-Sugo auf Vorrat ein. Das ist immer ein schnelles Essen. Die Menge ergibt ungefähr 12-15 Stck 1-Liter Weck-Gläser.

Zutaten:	Zubereitung:
4 Zwiebeln	hacken
2-3 Knoblauchzehen	hacken, zusammen in
Olivenöl	glasig anbraten
3 kg gemischtes Gemüse: Paprikaschoten, Zucchini, Kohlrabi, Gelbe Rüben, Lauch	klein schneiden und mitbraten. Angeröstetes Gemüse im Thermomix fein pürieren
1 Tube Tomatenmark	mitrösten
Evtl. Chilischoten nach Geschmack	ohne Kerne, mit dem Gemüse mitpürieren.
8 kg Tomaten	waschen, Strunk entfernen, zusammen mit

1 kg Staudensellerie oder 500 g Blätter von Knollensellerie	in Stücken im Thermomix pürieren und zum pürierten Gemüse geben, aufkochen.
1 – 2 Gläser grünes Basilikum-Pesto oder 3 große Hände voll frische Basilikumblätter	Basilikumblätter mit den Tomaten mitpürieren.
3 Eßl gekörnte Gemüsebrühe (z.Bsp Vegeta), 1 Eßl Salz, Pfeffer, 2 Eßl Zucker, Paprikapulver, 1 Hand voll getrockneter Oregano oder Majoran,	zugeben und alles abschmecken. Ca. 15 Min sprudelnd kochen lassen. Der Sugo dickt dabei etwas ein und verliert an Säure. Nochmals mit Gewürzen abschmecken. Den Sugo heiß in Weckgläser füllen. Mit Gummiringen und Klammern verschließen. Gläser in heißes Wasser! im Wecktopf stellen. Wenn sie die Gläser mit dem heißen Sugo in kaltes Wasser stellen springen sie. Die Gläser müssen mindestens zur Hälfte im Wasser stehen.
Temperatur:	100 Grad
Kochzeit:	30 Minuten im Wecktopf einkochen
	nach Ende der Kochzeit heiß aus dem Wasserbad nehmen. Auf ein Geschirrtuch stellen und bei Zimmertemperatur abkühlen lassen. Nach dem Erkalten Klammern abnehmen. Offene Gläser nochmals einkochen oder sofort verbrauchen.

Verwendung: Sie können den Tomaten-Sugo überall dort verwenden, wo sie sonst stückige Dosentomaten verwenden. Aber hier haben sie ein garantiertes Bio-Produkt.

- Tomaten-Sugo erwärmen, mit etwas Frischkäse verfeinern und zu Pasta servieren. Frischen Basilikum und Parmesan obenauf streuen.
- Der Tomaten-Sugo wird mit gebratenem Hackfleisch schnell zur Bolognese-Sauce
- Oder probieren sie den Sugo mit gebratenen Zucchini und Bratwurststücken verfeinert zu Nudeln. Schmeckt auch mit gekochtem Broccoli.
- Für eine schnelle Lasagne vermengen sie rohes Hackfleisch mit dem Sugo und schichten mit getrockneten Lasagneplatten und geriebenem Emmentaler
- Naturschnitzel mit Paprika-Tomaten-Soße,
- Gulasch. Dafür Fleisch in wenig Brühe und Rotwein weich kochen. Sugo zugeben und mit viel Paprikapulver und etwas Curry-Pulver abschmecken
- Für Tomatensuppe, einfach den Sugo mit etwas Brühe verdünnen. Mit einem Klecks saurer Sahne und in Butter geröstete Brotwürfel servieren.
- Für Chili con Carne Hackfleisch anrösten, 1 Dose rote Bohnen, 1 Dose Mais (beides abgetropft und gespült) und etwas Chilipulver zugeben.
- Auf Pizza
- Für Curry-Wurst: Sugo erhitzen, über die angebratene Curry-Wurst geben und mit reichlich Curry-Pulver bestreuen.