

Gemüsesugo

Dauer: Mittel Kategorie: Eingemachtes und Co. Hauptspeisen Vegetarisch Saison: Sommer Herbst Für: 0



© Lungauer Kochwerk/Melanie Brandstätter

Verfasst von: Melanie Brandstätter

Zubereitung

1. Zwiebel feinwürfelig schneiden und mit Öl glasig anschwitzen.
2. Wurzelwerk (Karotten, Sellerie, Petersilienwurzel, gelbe Rüben, ...) schälen, raspeln und mit Zwiebeln mitrösten.
3. Den gehackten Knoblauch, das würfelig geschnittene Gemüse (Zucchini, Paprika, etc.) und die gewürfelten Tomaten dazugeben und verrühren.

Damit der Tomatengeschmack im Vordergrund steht, können zusätzlich Tomatenmark und passierte Tomaten verwendet werden.

4. Bei Bedarf mit Suppe aufgießen, gehackte Kräuter hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen.
5. Das Sugo ca. 30 Minuten bei kleiner Hitze abgedeckt köcheln lassen.

Vor dem Abfüllen bis zur gewünschten Konsistenz pürieren, noch heiß in saubere Gläser füllen und sofort verschließen. Nach dem Öffnen im Kühlschrank lagern. Um die Haltbarkeit des Sugos zu verlängern, können die Gläser pasteurisiert werden (Backrohr, Dampfgarer oder Kochtopf).

Zutaten

1	Zwiebel
3 EL	Öl
200 G	Wurzelgemüse
2	Knoblauchzehen
300 G	Gemüse der Saison
500 G	geschälte Tomaten
500 ML	Gemüsesuppe
	frische Kräuter nach Belieben
	Salz
	Pfeffer