

TOMATEN-PFIRSICH-KETCHUP



TOMATEN-PFIRSICH-KETCHUP

Schwierigkeitsgrad: unkompliziert

für 5 Flaschen (à 250 ml) | 50 Min. | +
Abkühlzeit

Zutaten

- 10 Stk Pimentkörner
- 1 TL Korianderkörner
- 300 g Zwiebeln
- 1,5 kg Tomaten
- 750 g Pfirsiche
- 200 ml Frisch gepresster Orangensaft
- 1 Prise Salz
- 250 ml weißer Balsamessig
- 250 g Gelierzucker 3:1
- 2-3 EL Cointreau
- 1 Stk Einmal Teefilter



166

ZUBEREITUNG

376

Kcal

5

Gramm

77

Gramm

1

Gramm

Eiweiß

Kohlenhydrate

Fett

1. Piment- und Korianderkörner in einen Einmal-Teefilter geben und verschließen. Zwiebeln schälen und fein würfeln. Tomaten und Pfirsiche überbrühen, kurz ziehen lassen, dann abgießen und kalt abschrecken. Tomaten und Pfirsiche häuten, Pfirsiche entsteinen, mit Tomaten würfeln. Beides mit 2 TL Salz, Gewürzbeutel, Saft und Essig in einem hohen Topf unter gelegentlichem Rühren zum Kochen bringen. 20-25 Minuten unter Rühren garen.
2. [Gelierzucker](#) zugeben, erneut aufkochen und unter Rühren 4 Minuten sprudelnd kochen lassen. Gewürzbeutel entfernen und nach Belieben mit Cointreau verfeinern.
3. Ketchup sofort in saubere, heiß ausgespülte Flaschen oder Gläser füllen, verschließen und abkühlen lassen.

Obst: Pfirsich **Gemüse:** Tomate, Zwiebel