

Rezept

Beerenketchup

Ein Rezept von Beerenketchup, am 28.04.2024

Zutaten

1 kg Beeren (am besten gemischt: z. B. weiße oder rote Johannisbeeren, Stachelbeeren und Himbeeren)	1 Bund Frühlingszwiebeln
	2 Knoblauchzehen
1/2 Bund Thymian	1 Stück Ingwer (etwa 1 cm)
1 EL geschmacksneutrales Öl	1 Zweig Rosmarin
50 g Zucker	150 ml Essig (z. B. Apfel- oder milder Weißweinessig)
1 Stück Zimtstange (etwa 3 cm)	2 TL schwarze Pfefferkörner
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 2 Flaschen (je etwa 350 ml) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 395 kcal

Zubereitung

1. Die Beeren verlesen: alle unschönen Beeren aussortieren. Die Johannisbeeren mit einer Gabel von den Stielen abstreifen. Alle Beeren in einem Sieb vorsichtig abbrausen und abtropfen lassen.

2. Die Frühlingszwiebeln putzen, waschen und fein hacken. Knoblauch und Ingwer schälen, fein hacken. Kräuter abbrausen und trocken schütteln, Blättchen abzupfen.

3. Öl in einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch, Ingwer und Kräuter darin bei mittlerer Hitze andünsten. Beeren, Essig, Zucker, Pfefferkörner, Zimt und wenig Salz untermischen. Offen bei geringer Hitze in etwa 30 Minuten dickflüssig einkochen.

4. Die Mischung durch ein Sieb streichen, auffangen und wieder in den Topf geben. Mit Salz abschmecken. Den Ketchup unter Rühren aufkochen und sofort in gründlich gesäuberte Flaschen füllen. Verschließen und auskühlen lassen. Kühl lagern.