

Rezept

Sonnensatte Tomatensauce mit Oregano

Ein Rezept von Sonnensatte Tomatensauce mit Oregano, am 14.04.2026

Zutaten

1 kg vollreife Tomaten (ersatzweise 800 g Tomaten aus der Dose)	1 Zwiebel
5 Stängel Oregano (ersatzweise 1 TL getrockneter Oregano)	1 Knoblauchzehe
1 Lorbeerblatt	3 EL Olivenöl
Pfeffer	100 ml Weißwein (nach Belieben)
	Salz
	1-2 Prisen Zucker

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN für 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 80 kcal

Zubereitung

1. Die Tomaten kreuzweise einritzen, mit kochend heißem Wasser überbrühen, 3-4 Min. stehen lassen, dann abgießen und häuten. Das Fruchtfleisch in kleine Stücke schneiden, dabei die Stielansätze entfernen. Die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Oregano waschen und trocken schütteln, die Blättchen von den Stängeln zupfen und hacken.
2. Öl in einem Topf erhitzen, darin Zwiebel und Knoblauch andünsten. Eventuell Wein dazugießen, dann die Tomaten dazugeben. Oregano und Lorbeerblatt unterrühren, salzen und pfeffern. Tomaten offen bei mittlerer Hitze 30-40 Min. (je nach gewünschter Konsistenz) einkochen lassen, dabei ab und zu umrühren. Gegen Garzeitende mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Die Sauce schmeckt zu Pasta, Fleisch, und, und, und ...