

Rezept

Vegetarische BBQ-Sauce

Ein Rezept von Vegetarische BBQ-Sauce, am 28.04.2025

Zutaten

- | | |
|---|--|
| 1 Knoblauchzehe | 1 Zwiebel |
| 2 EL Olivenöl | 1 EL geräuchertes edelsüßes Paprikapulver (aus dem sehr gut sortierten Supermarkt oder spanischen Lebensmittelladen, ersatzweise herkömmliches edelsüßes Paprikapulver) |
| 300 g Tomatenketchup (fertig gekauft oder selbst gemacht; siehe Rezept-Tipp) | 100 ml Orangensaft |
| 3 EL mittelscharfer Senf
Tabasco | 3 EL Weißweinessig |
| | 50 ml Ahornsirup |

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR CA. 400 ML (Kalorienangabe pro 100 ml) | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 180 kcal

Zubereitung

1. Den Knoblauch und die Zwiebel schälen, beides fein hacken. Das Olivenöl in einem Topf erhitzen und die Zwiebel und den Knoblauch darin 1 Min. andünsten. Das Paprikapulver dazugeben und kurz mit andünsten.

2. Ketchup, Orangensaft, Essig, Senf und Ahornsirup dazugeben und unterrühren. Alles aufkochen und dann bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. kochen.

3. Die BBQ-Sauce mit Tabasco würzen. Die Sauce noch heiß in ein gründlich gesäubertes Einmachglas oder in eine Twist-off-Flasche füllen, verschließen, auskühlen lassen. Im Kühlschrank aufbewahren.