

Eingekochte Tomatensauce

Hans Martin Sauer und Manuela Löffler, Darmstadt, 18.7.2020

Zutaten	
10 Dosen (je 400 g)	Eingelegte Tomaten
3	Zwiebeln, gehackt
1	Knolle Knoblauch
20 ml	Olivenöl
1 Tube, ~ 230 g	Tomatenmark
1	große Möhre, kleingehackt
60 g	Salz
1	EL (gestr.) Zucker
1 Bund	frische Kräuter: Petersilie, Thymian, Rosmarin
5 Blatt	Gewürzlorbeer

Tomatensose ist die Grundlage vieler leckere Gerichte

- Spaghetti mit Tomatensose und geriebenem Käse
- Auf keiner Pizza darf sie fehlen. Unverzichtbar wie der Pizzateig und die Mozzarella!
- Spanische Fischgerichte: Seehecht in Tomatensose mit Salzkartoffeln



Darum gibt es zwei oder drei Mal im Jahr eine Tomatensosen-Kochsession. Hier werden ca. 15 Doppel-Portionen der Leckerei nach traditionellem Rezept hergestellt, in portionsgerechten Gläsern eingekocht, sterilisiert und haltbar gemacht!

So wird sie gemacht:



Ihre sämige Konsistenz erhält die Tomatensose erst nach einigen Stunden langsamen Köchelns. Auch das Aroma frischer Kräuter nimmt sie auf. Mit Salz und Pfeffer würzen wir zunächst nur mild. Das kann man beim Zubereiten des Gerichts noch abschmecken.

1. Die gehackten Zwiebeln, die geschälten und gehackten Knoblauchzehen und die kleingeschnittene Möhre werden mit dem Zucker in den Olivenöl kurz, aber scharf in einem großen Kochtopf (5 Liter) mit Deckel angebraten. Salz und Tomatenmark werden dazugegeben und gut untergerührt.

2. 10 Portionen Dosentomaten (ganz) werden in den Topf gegeben. Bei kleiner Hitze, geschlossenem Deckel und unter gelegentlichem Umrühren wird der Topfinhalt vorsichtig zum Sieden gebracht. Die Kräuter werden zu einem Strauß zusammengebunden und in den Tomatensud getaucht. Auf kleiner Stufe soll der Sud für 3 ½ bis 4 Stunden langsam köcheln und eindicken. Dann die Kräuter und die Lorbeerblätter entfernen und die Sose mit dem Stabmixer gründlich pürieren. Fertig!

So wird sie eingekocht:



Man verteile die Tomatensose nach dem Abkühlen auf 150-ml-Gläser mit Metaldeckel, wobei die Gläser bis ca. 1cm unter den Rand gefüllt werden. Nach dem Verschließen stellen wir sie in einen großen Einkochtopf, doch eignet sich zum Einkochen auch der Backofen. Wichtig ist, dass die Gläser im Wasser stehen und sich *gegenseitig nicht berühren*. Wir geben so viel Wasser in den Topf, dass es knapp bis zur halben Höhe der Gläser reicht.

Der geschlossene Topf wird mit eingestelltem Thermometer auf der Herdplatte zum Sieden gebracht, wobei die Gläser und ihr Inhalt für eine Stunde bei mindestens 97 °C sterilisiert werden.

Die Tomatensose ist ohne besondere Kühlung über viele Monate haltbar. Selbstverständlich kann man die Tomatensose auch im Tiefkühlfach lagern, aber wir finden bei großen Mengen und langen Lagerzeiten die Einkochmethode praktischer. Sie spart Kühlraum und Energie!

