

TOMATEN–GEMÜSE SAUCE À LA FRAU RÜHR–WERK

(oder "Verstecktes Gemüse" für die Kinder :-)

**Methode mit Hitze konserviert**

1 Stk Zwiebel	schälen, fein würfeln
500 g Rüebli	schälen, grob raffeln, oder in Würfel schneiden
500 g Zucchetti	waschen, in Würfel schneiden
1-2 Stk Knoblauchzehen	je nach Geschmack, schälen, fein würfeln
wenig Olivenöl	in einer grossen Pfanne heiss werden lassen, Zwiebeln glasig andünsten, Rüebli und Zucchetti begeben, kurz weiter dünsten
2-3 kg Tomaten	waschen, Stielansatz rausschneiden, in grob würfeln, zugeben, weiterdünsten Wenn keine Tomatensaison ist, kann man auch Tomatenpassata oder Pelati aus der Büchse verwenden
2 dl Wasser	ablöschen, aufkochen
2-3 EL ital. Kräuter	getrocknet oder frisch begeben, Menge je nach Geschmack
	Deckel aufsetzen, 2-3 Stunden (oder auch länger) auf sehr kleiner Stufe köcheln lassen, ab und zu umrühren, ev. noch Passata oder Wasser zugeben
Gläser vorbereiten	abwaschen, heiss ausspülen, Deckel und Gläser im Ofen 10 min sterilisieren Gummiringe im Wasser aufkochen und bis zur Verwendung im Wasser lassen
Salz	Gemüse pürieren, mit Salz abschmecken, in die vorbereiteten Gläser füllen (ein Konfitrichter ist hilfreich), sofort verschliessen, anschliessend einkochen.

Je nach Grösse der Gläser 45 Min. (5 dl) bis 60 Min (1 Liter) bei 90 Grad einkochen. Anschliessend noch 15-30 Min. im Wasserbad oder Steamer lassen. Rausnehmen und auf ein Küchentuch stellen und ganz auskühlen lassen (24h).

Wenn die Gläser kalt sind, Klammern entfernen, und Vakuum durch am Deckel hochheben testen. Falls die Gläser offen sind, in den Kühlschrank stellen und rasch verbrauchen. Oder wenn es viele sind noch einmal einkochen.

Anschreiben, kühl und dunkel lagern. So eingekocht halten die Gläser bis zu einem Jahr.