



© Lungauer Kochwerk/Melanie Brandstätter

Dauer: Mittel

Kategorie: Eingemachtes und Co. Hauptspeisen

Vegetarisch

Saison: Sommer Herbst

Für: 0

Verfasst von: Melanie Brandstätter

Zutaten

1 Zwiebel

3 EL Öl

200 G Wurzelgemüse

2 Knoblauchzehen

300 G Gemüse der Saison

500 G geschälte Tomaten

500 ML Gemüsesuppe

frische Kräuter nach Belieben

Salz

Pfeffer

Zubereitung

1. Zwiebel feinwüfig schneiden und mit Öl glasig anschwitzen.
 2. Wurzelwerk (Karotten, Sellerie, Petersilienwurzel, gelbe Rüben, ...) schälen, raspeln und mit Zwiebeln mitrösten.
 3. Den gehackten Knoblauch , das würfelig geschnittene Gemüse (Zucchini, Paprika, etc.) und die gewürfelten Tomaten dazugeben und verrühren.

Damit der Tomatengeschmack im Vordergrund steht, können zusätzlich Tomatenmark und passierte Tomaten verwendet werden.

4. Bei Bedarf mit Suppe aufgießen, gehackte Kräuter hinzufügen und mit Salz und Pfeffer würzen.
 5. Das Sugo ca. 30 Minuten bei kleiner Hitze abgedeckt köcheln lassen.

Vor dem Abfüllen bis zur gewünschten Konsistenz pürieren, noch heiß in saubere Gläser füllen und sofort verschließen. Nach dem Öffnen im Kühlschrank lagern. Um die Haltbarkeit des Sugos zu verlängern, können die Gläser pasteurisiert werden (Backrohr, Dampfgarer oder Kochtopf).