

# Selbstgemachter BBQ-Ketchup

Was gehört zum Grillen einfach dazu? Ketchup und eine gute BBQ-Soße. Beides lässt sich im Handumdrehen frisch und lecker selbst zubereiten. SWR4 Koch Jörg Ilzhöfer zeigt wie es geht.

Schwierigkeitsgrad: leicht

Dauer: 45 Minuten

Koch/Köchin: Jörg Ilzhöfer, SWR4 Kochexperte

## Einkaufsliste

### Grundsauce

3 mittelgroße Zwiebeln  
 2 EL Zucker  
 3 EL Apfelessig  
 1 kg vollreife Tomaten oder Cocktailtomaten  
 1 MS Vanillemark  
 Salz  
 Pfeffer  
 0,1 l Cola (für den besonderen Geschmack)

### BBQ-Variante

zusätzlich zu den Zutaten der Grundsauce:  
 1 rote Paprika, ohne Kerne, in Würfel geschnitten  
 1 TL geräuchertes Paprikapulver  
 1-2 TL brauner Zucker  
 2-4 cl dunkler Balsamico-Essig  
 1 Prise Rauchsatz nach Geschmack

## Zubereitung

### Grundsauce

Zwiebeln in kleine Würfel schneiden.  
 Den Zucker in einer Pfanne karamellisieren lassen und die Zwiebelwürfel dazugeben. Jetzt mit Apfelessig ablöschen.

*Tipp: Vor dem Apfelessig mit einem Schuss Cola ablöschen. Das ergibt einen besonderen Geschmack. Jörg Ilzhöfer: "Es ist nicht das Gesundeste, aber sehr lecker!"*

Die in kleine Würfel geschnittenen Tomaten zugeben. Mit Pfeffer, Salz, Zucker und etwas Vanillemark abschmecken. Rund 20 Minuten einköcheln lassen. Abschmecken. Danach in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab zerkleinern.

Heiß abfüllen. Am besten in ein Glas mit Twist off-Deckel. Nach dem Abfüllen das Glas für zehn Minuten auf den Kopf stellen. Dann wieder umdrehen und erkalten lassen.

*Tipp: Wer die typische Ketchup-Konsistenz haben will, kann die Tomatenmasse auch noch durch ein Sieb passieren.*

### **BBQ-Variante**

Nach Grundrezept Zwiebel- und Tomatenwürfel andünsten.

Paprika in Würfel schneiden und zur Tomatenmasse hinzugeben. Kurz mitandünsten und dann ablöschen.

Mit Salz, Pfeffer, geräuchertem Paprikapulver, braunem Zucker, Balsamico und einer Prise Rauchsatz abschmecken. 20 Minuten einköcheln lassen.

Noch einmal abschmecken. Danach in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab zerkleinern.

Heiß abfüllen. Am besten in ein Glas mit Twist off-Deckel. Nach dem Abfüllen das Glas für zehn Minuten auf den Kopf stellen. Dann wieder umdrehen und erkalten lassen.

### **Variante**

Wer mag, kann seinem Ketchup auch noch eine scharfe Note geben. Dazu eignet sich Knoblauch genauso wie Chilischoten oder Jalapeños.

### **Haltbarkeit**

Der selbstgemachte Ketchup hält sich kühl gelagert gut zwei Wochen.