



Currysoße - ohne Zucker

Zubereitungszeit: 90 Minuten

Rezept für: 1 Liter

Zutaten:

800g passierte Tomaten
1 milde Chilischote
200g Apfelmus (möglichst selbst hergestellt und ohne Zucker)
130 ml Wasser
150g Tomatenmark (2-fach konzentriert)
3 Schalotten
1 Knoblauchzehe

Für die milde Variante:

3 EL Mild Malabar Currypulver

Für die fruchtige Variante:

2 EL fruchtiges Mango-Currypulver

Für die scharfe Variante:

2 EL Spicy Bombay Currypulver

2 EL Limettensaft

1 EL Cayennepfeffer oder Chilipulver

1 kleine grüne Chili

1 EL Salz

1 EL geschroteter schwarzer Pfeffer

(Urwaldpfeffer)

Zubereitung:

So einfach ist die Zubereitung:

Schalotten und Knoblauchzehe schälen und fein hacken.

Die Chilischote entkernen und ebenfalls fein hacken.

Alles zusammen mit den anderen Zutaten in einen großen Topf geben und bei kleiner Hitze ca. 30 Minuten köcheln lassen, dann mit dem Zauberstab pürieren.

Nochmals ca. 60 Minuten köcheln lassen (Deckel schräg auf den Topf legen), dabei ab und zu umrühren.

Zum Schluss das Currypulver unterrühren und die Sauce noch einige Minuten auf dem Herd ziehen lassen.

Entspricht die Konsistenz euren Vorstellungen, ist sie im Prinzip fertig zum Verzehr.

Je nach Currysorte kann die Sauce mild, scharf, indisch scharf oder fruchtig scharf zubereitet werden.

Wie immer erst zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Wer auf etwas Süße im Ketchup nicht verzichten möchte, kann zum Schluss noch 3 EL Ahorn- oder Zuckerrübensirup unterrühren.

Dadurch erhält die Currysauce einen dezenten Kontrast zur Schärfe und wird in der Konsistenz etwas dunkler und cremiger.

Bemerkungen:

Die Sauce für Currywurst und Co. Mit feiner Currynote und angenehmer Schärfe.

Für die Vorratskammer die Soße nach kurzem Aufkochen sofort in saubere Gläser oder Flaschen abfüllen.

Diese fest verschließen und 30 Minuten auf den Kopf stellen.

Die zuckerfreie Currysauce ist dann mindestens drei Monate haltbar.

Für eine längere Haltbarkeit kann die Soße eingekocht werden.

Dazu die Gläser oder Flaschen ca. 60 Minuten bei 100°C im Wasserbad im Backofen oder im Einkochautomaten erhitzen und abkühlen lassen.

Guten Appetit!