

## Tschüss Zucker! Rezept: „Fruchtiges Ketchup“

Zutaten für 220 ml:

300 g Tomaten  
70 g getr. Aprikosen (oder frische Äpfel)  
1 Zwiebel  
100 ml Apfelessig  
20 g Tomatenmark  
1 TL Salz  
100 ml Wasser

Und so geht's:

1. Tomaten waschen, entstielen und in kleine Stücke schneiden.
2. Aprikosen klein schneiden. Die Zwiebel schälen und fein würfeln.
3. Die Zutaten mit Apfelessig, Tomatenmark, Wasser und Salz in einen Topf geben und aufkochen.
4. Dann offen 12 – 15 Minuten einköcheln lassen.
5. Zuletzt pürieren und mit Salz abschmecken. Guten Appetit!



**Tipp:**

Wenn du das Ketchup in eine sterilisierte Flasche heiß abfüllst, hält es sich im Kühlschrank ca. 8 – 10 Wochen! Um die Flasche zu sterilisieren, kochst du sie 10 Minuten in Wasser.

