

Tomaten-Sugo zum Tiefkühlen

Zutaten:

2,5 kg Tomaten
250 g Zwiebeln
5 Knoblauchzehen
3 Büschel Petersilie
Paprika
Salz
Pfeffer
1 Pr Zucker

- Tomaten in Würfel schneiden, mit gehackten Zwiebeln und fein geschnittenem Knoblauch im eigenen Saft dämpfen
- Gehackte Petersilie und Gewürze begeben und unter Rühren auf kleinem Feuer auf einen Drittel eindicken lassen
- Erkalten in Portionen einfrieren
- Haltbarkeit etwa 6 Monate

BeO-Kochtipps

Montag bis Freitag
ab 10:30 Uhr

Berner Landfrauen kochen
ISBN: 3-905694-01-8
EAN: 9783905694017

Aus dem Buch:

BERNER
LANDFRAUEN
KOCHEN



88.8
Megahertz

Radio BeO
www.radiobeo.ch