

Tomaten-Zucchini-Sugo

Das Rezept für selbstgemachtes Tomaten-Zucchini-Sugo ist die Grundlage für unzählige Gerichte. Zum Beispiel für Pasta, Aufläufe, Eintöpfe oder Lasagnen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 30 min

Gesamtzeit: 45 min



Zutaten

1 kg	Tomaten (vollreife)
0.5 kg	Zucchini
1 Stk.	Zwiebel (groß)
2 Stk.	Knoblauchzehe
1 EL	Olivenöl
1 TL	Zucker
Nach Belieben	Chilipulver
	Salz und Pfeffer
1 TL	Italienische Kräuter (getrocknet)

Zubereitung

1. Für die Zubereitung eines schmackhaften **Tomaten-Zucchini-Sugo** beginnen wir damit, frische, vollreife Tomaten in Viertel zu schneiden und von ihren Stielen zu befreien. Ebenso werden die Zucchini in kleine, mundgerechte Stücke geschnitten. Die Zwiebeln werden in feine Stücke gehackt und der Knoblauch wird durch Pressen sein intensives Aroma entfalten.
2. In einem Topf erhitzen wir das Olivenöl und dünsten darin die Zucchinistücke an, anschließend die Zwiebeln zugeben. Sobald die Zwiebeln leicht angebraten sind, geben wir die Tomaten und den Knoblauch hinzu. Das Ganze wird bei leichter Hitze gekocht. Während dieses Prozesses entsteht eine köstliche Flüssigkeit, die ausschließlich von den [Tomaten](#) und Zucchini stammt. Diese Phase dauert ungefähr 30 Minuten, in denen die Aromen sich entfalten können.
3. Sobald die Zucchinistücke schön weich sind, verwenden wir einen Pürierstab, um die

Mischung in die gewünschte Konsistenz zu bringen.

4. Jetzt können wir mit ausgewählten Gewürzen sowie einer Prise Salz und Pfeffer die Geschmackstiefe verfeinern. Abschließend füllen wir das Tomaten-Zucchini-Sugo mithilfe eines Trichters in sterilisierte Gläser, wischen sorgfältig die Ränder sauber und verschließen sie fest mit Deckeln. Auf diese Weise entsteht dein hausgemachtes Tomaten-Zucchini-Sugo, bereit, deinen Gerichten eine delikate Note und einen Hauch von Eleganz zu verleihen.

Tipp

Die Menge reicht für zirka 5 Stück 0,25 Liter Gläser oder Flaschen. Um die Gläser zu sterilisieren, zuerst gründlich waschen und danach für mindestens 10 Minuten bei 100 °C in den Backofen stellen.