

Erdbeerketchup



Herausgegeben vom KreislandFrauenverband Zollernalb e.V.
anlässlich der Landesgartenschau 2023 in Balingen

Zutaten

- 500 g Erdbeeren
- 1 Stk. mittelscharfe Chillischote
- 15 g frische Ingwerwurzel
- 60 g weiße Zwiebel
- 40 g Tomatenmark
- 1 EL Sonnenblumenöl
- 125 g Zucker
- 50 ml Erdbeer- / Weißweinessig
- 1 ½ EL mildes Currypulver
- ½ TL edelsüßes Paprikapulver
- ~ Salz, Pfeffer



Zubereitung

1. Erdbeeren waschen, putzen, zerkleinern und pürieren
2. Ingwer schälen und fein reiben. Chillischote längs halbieren, putzen und fein würfeln. Zwiebeln schälen und sehr fein hacken
3. Ingwer, Chili und Zwiebeln in Öl farblos anschwitzen. Pürierte Erdbeeren, Tomatenmark, Essig, Zucker, Curry- und Paprikapulver zufügen
4. Aufkochen. Unter Rühren köcheln lassen, bis die Masse die gewünschte Konsistenz hat. Mit Salz und Pfeffer abschmecken
5. Erdbeer-Ketchup in die vorbereiteten Einkochgläser (bis 2 cm unter den Rand) füllen. Mit Einkochring, Glasdeckel und Einweckklammern verschließen
6. Gläser im 90°C heißen Wasserbad für 30 Minuten einkochen

Land Frauen Zollernalb

Wer wir sind

Wir sind Angestellte, Unternehmerinnen und Landwirtinnen.
Wir sind Töchter, Mütter und Großmütter.
Wir sind dein regionales Netzwerk aus ganz unterschiedlichen Frauen,
die ein paar Gemeinsamkeiten teilen:

Was wir tun

Wir wollen das erhalten, was uns am Herzen liegt und uns gleichzeitig weiterentwickeln.

- **Wir fördern unsere lebendige Gemeinschaft mit gemeinsamen Aktivitäten - sportlich, kreativ oder auf Reisen ...**
- **Wir lernen gerne dazu und bilden uns weiter - zu diversen Themen: Alterssicherung, Existenzgründung, ...**
- **Wir bringen uns ein und sind bereit, mitzugestalten - gesellschaftlich, politisch, praktisch, ...**

Darüber hinaus setzen wir uns für unsere ländliche Kulturlandschaft ein. Für Nachhaltigkeit und regionale Produkte und das kulturelle Leben auf dem Land.

Ländlich, weiblich, unbeschreiblich

Schau unverbindlich vorbei, wir freuen uns!
Termine & Ansprechpartnerinnen findest du auf unserer Website



info@landfrauen-zollernalb.de
www.landfrauen-zollernalb.de

