

Tomaten-Paprika-Suppe, -Sauce, oder -Dip

- 2 Dosen kleingehackte Tomaten (ca. 500 g)
- 2 rote Paprika
- 1 Zwiebel
- 2 Zehen Knoblauch
- 2 EL Tomatenmark (bzw. 5 bis 10cm aus der Tube)
- 1 scharfe Chili
- 2 EL Olivenöl
- italienische Kräutermischung
- weitere Kräuter je nach Vorliebe und Verfügbarkeit
- Salz, Zucker, Pfeffer

Die Paprika entkernen, Zwiebel schälen und beides in kleine Würfel schneiden. Knoblauchzehen pellen und klein hacken. Die drei Zutaten jeweils etwa im Verhältnis zwei zu drei auf zwei Teller aufteilen. Die Würfelchen für die kleinere Menge etwas feiner schneiden. Für den größeren Teil genügt ein gröberer Schnitt der Zutaten.

Die Chilis entkernen, kleinschneiden und mit dem größeren Teil von Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch in einen schon erhitzten Topf mit zwei Esslöffeln Olivenöl geben. Zwei Teelöffel Salz, einen Teelöffel Zucker und das Tomatenmark hinzugeben. Das Ganze ein paar Minuten lang anschwitzen lassen und gelegentlich umrühren. Sobald die Menge leicht angebraten ist die Tomaten aus der Dose in den Topf geben. Die Sauce wird nun mit einem Stabmixer (Zauberstab) püriert. Anschließend den restlichen (feiner geschnittenen) Teil von Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch unterrühren. Ab und zu umrühren und leicht aufkochen lassen.

Etwas Pfeffer, reichlich italienische Kräutermischung (ca. zwei Esslöffel) und weitere Kräuter je nach Vorliebe und Verfügbarkeit - getrocknet oder frisch - hinzufügen (z.B. Rosmarin, Thymian, Basilikum, Majoran, Liebstöckel). Hin und wieder umrühren, die Hitze reduzieren und nur noch leicht köcheln lassen. Keinen Deckel verwenden, damit Wasser entweichen und die Sauce etwas eindicken kann.

Fertig ist eine leckere Tomaten-Paprika-Sauce die genossen werden kann als...

- Suppe ohne weitere Zutaten
- Dip für Tortilla Chips (kalt)
- Steaksauce (kalt)
- Pastasauce
- Sauce zur Pizzazubereitung

Zubereitungsvorschlag:

Die nach Rezept gekochte Menge als Sauce für 500 Gramm Nudeln verwenden. Der Rest reicht gewöhnlich für die Zubereitung von zwei Blechen Pizza.

- 400 g Mehl
- 1 Pkt. Hefe
- 1 TL Zucker
- 2 TL Salz
- 200 ml Wasser, lauwarm
- 4 EL Olivenöl

Alles mischen, einen Teig kneten, zugedeckt 30 Minuten stehen lassen. Alternativ den Teig in einer Brotbackmaschine zubereiten lassen (Teigprogramm). Den Teig in zwei gleich große Stücke aufteilen, mit etwas Mehl auf Backpapier ausrollen und auf die Backbleche ziehen. Mit einer Gabel die Oberfläche des Teiges gleichmäßig leicht „einpieksen“ um Blasenbildung zu verhindern. Die Tomaten-Paprika-Sauce verteilen, nach Belieben weitere Beläge hinzufügen und Käse aufstreuen. Im Ofen bei 180 Grad mit Umluft ca. 20 bis 25 Minuten knusprig backen.

