

## Ketchup

### Zutaten | ergibt ca. 350 ml

- 1 kleiner süßer Apfel
- 1 Zwiebel, gleiche Größe wie der Apfel
- 125 g Tomatenmark
- 1 Msp. Zimt
- 1 Msp. Curry
- ½ TL Salz
- Evtl. Agavendicksaft oder Zucker

### So geht's:

- 1) Apfel und Zwiebel würfeln und 5-10 min in wenig Wasser weich garen. Das Wasser abgießen und aufbewahren.
- 2) Apfel und Zwiebel zusammen mit dem Tomatenmark in einem Pürrierbecher sehr fein pürieren. Sollte das Ketchup zu fest sein, etwas von dem Dünstwasser hinzugeben.
- 3) Mit den Gewürzen abschmecken
- 4) In ein heiß ausgespültes Schraubglas füllen. Das Ketchup ist im Kühlschrank ca. 3-4 Wochen haltbar.

**Guten Appetit!**