



kochbus.de · backbus.de



Pommes mit Ketchup

Zutaten

- Kartoffeln 2 Kg
- Möhren 1 Stück
- Sellerie 3 dünne Scheiben
- Lauch 5 cm einer Stange
- Zwiebeln 1-2 Stück
- Rote Beete 1-2 Kugeln aus dem Glas
- Birne ½-1 Stück
- Tomatenmark 150 g
- Gemüsebrühe ¼ Liter

Zubereitung

- 1 Kartoffeln schälen und in lange Streifen schneiden.
- 2 Gemüse putzen und zerkleinern.
- 3 Die Kartoffelstreifen auf einen Grillrost legen, möglichst dicht nebeneinander.
- 4 Die Kartoffelstreifen etwa 20 Minuten im Ofen backen, bis sie Goldbraun sind.
- 5 Das zerkleinerte Gemüse mit der Birne und den Zwiebeln in eine Pfanne geben und mit etwas Öl anbraten bis es angebräunt ist, mit Gemüsebrühe oder Apfelsaft ablöschen und abkühlen lassen. Rote Beete und Tomatenmark dazugeben und alles pürieren.
- 6 Da an den trockenen Pommes kein Salz haftet, kann der Ketchup etwas salziger abgeschmeckt werden. Nach Geschmack noch Paprika oder Pfeffer hinzugeben.

Guten Appetit!

Tipps für Zuhause

- Die Pommes sind gar, wenn sie braun werden und sich leicht vom Gitterrost lösen. Den Ofen auf die höchste Stufe stellen, möglichst mit Umluft.
- Rote Beete gibt dem Ketchup eine schöne Farbe, allerdings auch der Kleidung – bitte Vorsicht beim Verarbeiten!
- Der Ketchup ist im Kühlschrank nur 1-2 Tage haltbar, lässt sich aber auch gut einfrieren.
- Ketchup mit Apfelsaft verdünnt und gekocht, ergibt eine fruchtige Tomatensoße.