

## Getrocknete Kirschtomaten in Öl

Zutaten für 4 Gläser a 250 g

1-2 Handvoll Kräuter (z.B. Oregano, Rosmarin) 2 kg Kirschtomaten, Meersalz, Pfeffer aus der Mühle, 3-4 Stängel Thymian, 3-4 Knoblauchzehen, 8 frische Lorbeerblätter, ca. 250 ml Olivenöl

**Zubereitung:** Den Backofen auf 110 Grad Umluft erhitzen. Die Kräuter abrausen, trocken schütteln und fein hacken. Die Tomaten waschen und halbieren. Auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen, mit Salz, Pfeffer sowie den Kräutern bestreuen und im Ofen mit einem in der Backofentür eingeklemmten Kochlöffel etwa 6-8 Stunden trocknen lassen. Dabei die Tomaten etwa alle 30 Minuten umdrehen. Die Tomaten sollten am Schluss biegsam, nicht zu zäh, aber auch nicht mehr feucht sein. Die Tomaten nach dem Backen auskühlen lassen. Natürlich funktioniert das auch in einem Dörrgerät ganz gut. Den Thymian abrausen, trocken schütteln, und kleiner zupfen. Den Knoblauch schälen und halbieren. Den Thymian, Knoblauch und die Lorbeerblätter mit den Tomaten in saubere Gläser einschichten. Mit Öl auffüllen und gut verschlossen etwa eine Woche durchziehen lassen.

**Zubereitungszeit:** 30 Minuten, **Backzeit:** ca. 8 Stunden, kühl und dunkel gelagert, sind die Tomaten etwa 6 Wochen haltbar.



Gutes Gelingen wünscht Ihnen der Kreisverband für Obstbau, Garten und Landschaft Zollernalb e.V.

## Kreisverband für Obstbau, Garten und Landschaft Zollernalb e.V.



**Rezepte mit Tomaten**

**so schmecken die leckeren  
Tomaten aus dem eigenen Garten**



## Tomaten einmachen

Selbst eingekochtes Gemüse aus dem eigenen Garten schmeckt unvergleichlich lecker. Es ist eine Freude und ein super Gefühl selbst geerntetes Gemüse im Winter aus dem Keller zu holen. Da weis man was man hat und kann ganz genau sagen, dass dieses Gemüse nicht gespritzt oder künstlich haltbar gemacht wurde.

Frisch und vollreif geerntetes Gemüse schmeckt am Besten und wird saisonal verarbeitet. Vom Garten in die Küche, kürzere Wege gibt es nicht. Tomaten einkochen ist nicht ganz einfach, da sie sehr viel Wasser enthalten und eine lockere Struktur haben. Schnell sind sie verkocht und werden matschig. Bevor sie mit dem Einkochen starten, müssen Stielansätze und Haut entfernt werden. Dazu die Tomaten mit dem Messer einritzen und mit heißem Wasser übergießen. So lange im Wasser lassen bis die Haut sich löst. Kurz mit kaltem Wasser abschrecken und mit einem Messer vorsichtig die Haut abziehen ohne die Tomaten zu verletzen. Gläser mit Twist-Off Deckel sind die einfachste Methode um ein Vakuum herzustellen. Füllen sie die Früchte in ein hygienisch sauberes Glas. 15 g Salz in einem Liter heißem Wasser auflösen und in die Gläser füllen, den Deckel schließen. Die Tomaten müssen ganz bedeckt sein. Stellen Sie die Gläser nun in ein 40° warmes Wasserbad, idealerweise hat der Topf einen geriffelten Boden, damit die Gläser nicht direkt auf der Wärmequelle stehen. Das Ganze wird in etwa 25 Minuten auf die gewünschte Temperatur von 90° erwärmt und 40 Minuten weiter gekocht. Die Gläser heraus nehmen und auskühlen lassen. Ein Etikett mit Datum und Inhaltsangabe darf nicht fehlen. So eingemacht stehen die Tomatengläser wie ein Schatz in unserem Keller und warten auf die Weiterverarbeitung im Winter.

## Spaghettisauce Puttanesca

Zutaten: 2 Knoblauchzehen, 1 Schalotte, 100 g schwarze und grüne Oliven, 50 g Sardellenfilets (in Öl), 75 g Kapern, 1 kg Tomaten, 2 EL, Tomatenmark, 1 Prise Chiliflocken, 1 Bund Basilikum, 500 g Spaghetti, 150g Parmesan, 100 ml Olivenöl

Zubereitung der Tomatensauce: Oliven entsteinen und in Ringe schneiden. Sardellenfilets kurz unter kaltem Wasser abspülen, auf einem Küchentuch abtropfen lassen und anschließend grob zerschneiden. Basilikum waschen und die Blätter von den Stielen zupfen. Tomaten waschen und in feine Würfel schneiden. Schalotte schälen und fein hacken. Knoblauch schälen und durch die Presse drücken. In einem ausreichend großen Topf 2 EL Olivenöl erhitzen und die gehackte Schalotte darin glasig dünsten. Chiliflocken und Tomatenmark dazugeben und kurz ziehen lassen.

Tomatenwürfel und Sardellenfilets hinzufügen und alles ca. 15 Minuten einkochen. In der Zwischenzeit die Spaghetti nach Packungsanleitung kochen. Oliven und Kapern unter die Tomatensauce rühren und die Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Fertige Pasta abgießen und sofort mit einem großen Löffel Tomatensauce Puttanesca, Basilikumblättern und frisch geriebenem Parmesan servieren. Wer den Spaghetti mit Tomatensauce a la Puttanesca noch einen besonders frischen Touch geben möchte, der kann sie mit einem Spritzer frischen Zitronensaft abschmecken.

## Tomatenmarmelade

**Zutaten:** 1 kg Tomaten, 1 kg Gelierzucker 2:1, 10 g Zitronensäure, 1 TL Ingwerpulver

**Zubereitung:** Arbeitszeit ca. 45 Minuten, Gesamtzeit ca. 45 Minuten

Die Tomaten mit kochendem Wasser überbrühen, mit kaltem Wasser abschrecken und die Haut abziehen. Die Stängelansätze wegschneiden. Die Tomaten vierteln und pürieren und mit 500 g Gelierzucker, Zitronensäure und Ingwerpulver unter Rühren aufkochen. Sobald die Masse zu kochen beginnt, den restlichen Gelierzucker hineinrühren. 10 Min. sprudelnd kochen lassen. In Gläser füllen und verschließen. Die Marmelade kann auch mit grünen Tomaten hergestellt werden und statt Ingwerpulver mit 125 ml Weiswein, 1 Prise Zimt und einem Schuss Rum verfeinert werden. Die Gläser kurz auf den Kopf stellen damit ein Vakuum entstehen kann.

## Tomatenchutney

**Zutaten:** 1 Zwiebel, 500 g Tomaten, 1 Apfel, 70 g Rosinen, 120 ml Apfelessig, 50 ml Weißweinessig, 500 g Gelierzucker 2:1, 1 TL Salz, ½ TL grober Pfeffer, 1 TL Thymian.

**Zubereitung:** Gesamtzeit 25 Minuten, Zubereitung 15 Minuten

Zwiebel schälen und in feine Würfel schneiden. Tomaten gründlich waschen, den Strunk entfernen und in Würfel schneiden. Apfel schälen, das Gehäuse entfernen und in Würfel schneiden. Zwiebeln, Tomaten, Apfel, Rosinen und Essigsorten in einem Topf vermengen und kurz ziehen lassen. Gelierzucker und Gewürze dazugeben und das Ganze aufkochen. 10 Minuten köcheln lassen und heiß in 4 sterilisierte Gläser (250 ml) füllen.

## Tomatenketchup

**Zutaten:** 1,5 kg Tomaten, 2 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 2 EL Rapsöl, 130 g brauner Zucker, 150 ml. Apfelessig, 1 TL Rauchsatz, Pfeffer, 2 EL Worcester-Sauce

**Zubereitung:** Gesamtzeit 45 Minuten

Die Tomaten mit kochendem Wasser übergießen, dann häuten, vierteln und die Kerne entfernen. Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein würfeln. Rapsöl in einem großen Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch andünsten, nach ca. 1 Minute den Zucker zugeben und karamellisieren lassen (gut rühren, damit nichts anbrennt). Mit Essig ablöschen und die Tomatenstücke zufügen. Mit Rauchsatz, Pfeffer und Worcester Soße würzen und ca. 30 Minuten leicht köcheln lassen. Dabei gelegentlich umrühren. Die Tomatenmasse im Mixer oder mit einem Pürierstab zu einer feinen Soße zerkleinern. Nochmals mit Zucker, Essig und Gewürzen abschmecken und aufkochen lassen. Dann den fertigen Ketchup in ein heiß ausgespültes Schraubglas füllen und sofort verschließen.

Kaum eine Gemüsepflanze wird so gerne in Deutschland angebaut wie die Tomate. Sie fand ihren Weg von Südamerika im 16. Jahrhundert nach Europa, wo sie vorerst als Zierpflanze angebaut wurde. Erst später erkannte man, wie gut ihre roten Früchte schmecken. Heute ist sie aus keiner Küche mehr wegzudenken. Es gibt sie in über 3.000 Sorten. Tomaten solltest du am besten in einen durchlässigen, humus- und nährstoffhaltigen Boden aussäen bzw. pflanzen. Empfindlich reagiert die Tomate auf Staunässe. Achte daher vor allem beim Anbau in Kübeln darauf, dass das Wasser gut abfließen kann. Am besten ist ein sonniger, warmer und Wind- und Regengeschützter Standort. Du kannst deine Tomaten sowohl im Freiland, in Kübeln oder im Gewächshaus anpflanzen. Stütze die Pflanzen mit Stäben als Rankhilfe.

## Tomatensoße

**800 g reife Tomaten, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, etwas Öl zum Andünsten, 3 EL Tomatenmark, 1 TL Rohrzucker, ½ TL Paprikapulver, etwas Salz, etwas Cayenne-Pfeffer, frische Kräuter (z.B. Basilikum, Oregano, Thymian)**

**Zubereitung: Zwiebeln und Knoblauch hacken und in Würfel schneiden und in etwas Öl andünsten. Sobald sie angedünstet sind, Tomatenmark hinzufügen und kurz anbraten. In der Zwischenzeit die gewaschenen Tomaten klein schneiden und mit in den Topf geben. Mit Salz, Cayenne-Pfeffer, Rohrzucker und Paprikapulver würzen und kurz aufkochen lassen. Anschließend für etwa 30 Minuten bei geringer Hitze köcheln lassen. Die Kräuter waschen und klein schneiden und kurz vor dem Ende des Kochvorganges mit in den Topf geben. Damit keine Stücke und harte Schalenreste in der Tomatensoße zurück bleiben, im Mixer kräftig durchmischen. Noch einmal kurz im Topf erhitzen, final abschmecken und in steril ausgekochte Schraubgläser füllen. Zum Auskühlen die Gläser verschließen und auf den Deckel stellen. Die so eingekochte Tomatensoße hält kühl und dunkel gelagert mehrere Monate.**

## Rosmarin-Ofentomaten

**für den Vorrat, als Geschenk aus der Küche, mediterrane Küche**

**Zutaten: für 3 kg kleinere Tomaten z. B. Kirschtomaten, 2 TL Salz, 1 EL Zucker, Pfeffer aus der Mühle, 100 ml Olivenöl, 100 ml Balsamico, 4 Rosmarinzweige, 4 Zehen Knoblauch, Peperoncini, 1 Chilischote getrocknet und gerieben.**

**Zubereitung: Arbeitszeit ca. 20 Minuten, Koch-/Backzeit ca. 1 Stunde 15 Minuten, Gesamtzeit ca. 1 Stunde 35 Minuten, Backofen auf 160 °C Umluft vorheizen.**

**Die Tomaten waschen, halbieren und in eine Fettpfanne geben. Mit Salz, Pfeffer, Zucker, Öl, Essig, Knoblauch, Chili und den Rosmarinzweigen (in kleinere Abschnitte geschnitten) mischen. Im Ofen ca. 75 Min. schmoren lassen. Die Tomaten mit Saft und Rosmarin in die heiß ausgespülten Gläser füllen und sofort verschließen. Haltbarkeit: mind. 3 Monate. Die Tomaten sind vielseitig einsetzbar. Kalt: als Brotbelag wie Bruschetta, im Nudelsalat, im Sommer unter frische heiße Pasta gerührt, als Beilage zu Gegrilltem. Heiß: als Pasta-Sauce, bei Reispfannen, zu Gemüseplatten und, und, und....**

## Frische Tomatensuppe

**Zutaten: 1 kg Tomaten, 2 Zwiebeln, 3 Zehen Knoblauch, Olivenöl, ¾ Liter Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer, Kräutersalz, Thymian, 3 EL Tomatenmark, Petersilie**

**Zubereitung: Arbeitszeit ca. 20 Minuten, Ruhezeit ca. 10 Minuten, Koch-/Backzeit ca. 30 Minuten, Gesamtzeit ca. 1 Stunde**

**Zubereitung: Die Tomaten an der Unterseite kreuzweise anritzen und in eine große Schüssel legen. Mit kochendem oder heißem Wasser übergießen. Nach 10 Minuten vorsichtig die Haut und den grünen Knopf auf der Oberseite von der Tomate entfernen und die geschälten Tomaten klein schneiden. Nun die Zwiebeln klein würfeln und den Knoblauch pressen. Beides in Olivenöl anbraten und nach ca. 3 Minuten die Tomatenstücke hinzugeben. Nach ein paar Minuten die Gemüsebrühe und die Gewürze (ohne die Petersilie) hinzugeben und auf niedriger Temperatur 20 Minuten kochen. Das Tomatenmark unterrühren und die Suppe mit einem Pürierstab fein pürieren. Nach Belieben mit den Gewürzen abschmecken und mit ein wenig frischer Petersilie servieren.**