Pikante Tomatensoße mit Paprika

Zutaten (8-10 Personen)

» 3 Zwiebel(n)
» 3-4 Knoblauchzehe(n)
» 1-2 rote Peperoni
» 2 rote Paprika
» 3-4 EL Olivenöl
» 2 EL Tomatenmark
» 1700ml Dosentomaten
» 1 TL Instant-Gemüse-Brühe
» 1-2 TL Oregano
» Salz & Pfeffer

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
6-10€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein hacken. Peperoni und Paprika putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden.

2. Öl erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Peperoni und Paprika mitdünsten. Tomatenmark einrühren, kurz anschwitzen. Tomaten samt Saft, Brühe und Oregano zufügen, aufkochen. Tomaten etwas zerdrücken. Ca. 30min köcheln, öfter umrühren. Abschmecken.

Nährwerte: 70kcal/E2g/F4g/KH6g pro Portion

angelegt am: 18.04.2005 Rezept-Nr: 1808

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke