



Tomatensugo — *Basilikum & Arrabiata*

Aus Gartentomaten · zwei Varianten: **mild-fruchtig** mit Basilikum oder **feurig-scharf** mit deinen Pfefferoni · frisch oder ins Glas

MENGEN · ZUBEREITUNG · EINMACHEN

Mengen-Übersicht — wie viel wovon bei welcher Tomaten-Menge

Alles skaliert mit den Tomaten: Basis für beide Varianten gleich — nur die **Basilikum-** bzw. **Arrabiata-Zeile** unterscheidet sich.

ZUTAT	1 KG	1,5 KG	2 KG	2,5 KG	3 KG
Reife Tomaten (<i>gehäutet</i>)	1 kg	1,5 kg	2 kg	2,5 kg	3 kg
Olivenöl	3 EL	4–5 EL	6 EL	7 EL	8–9 EL
Zwiebel (<i>fein gewürfelt</i>)	100 g	150 g	200 g	250 g	300 g
Knoblauchzehen	2	3	4	5	6
Tomatenmark (<i>opt., Tiefe</i>)	1 EL	1½ EL	2 EL	2½ EL	3 EL
Zucker (<i>rundet Säure</i>)	1 Prise	½ TL	½ TL	¾ TL	¾ TL
Salz	1 TL	1½ TL	2 TL	2–3 TL	1 EL
Frischer Basilikum (<i>Variante 1</i>)	10 Bl.	15 Bl.	20 Bl.	25 Bl.	1 Bund
Scharfe Pfefferoni (<i>Variante 2</i>)	1–2	2–3	3–4	4–5	5–6
→ ergibt ca. (<i>500-ml-Gläser</i>)	~0,6 L · 1–2×	~0,9 L · 2×	~1,2 L · 2–3×	~1,5 L · 3×	~1,8 L · 3–4×

💡 Ausbeute schwankt je nachdem, wie lange du einkochst (Sugo reduziert stark). Pfeffer nach Geschmack. · **Einmachen** zusätzlich: Zitronensaft ins Glas — 250 ml ½ EL · 500 ml 1 EL · 720 ml 1½ EL.

So wird's ein guter Sugo

Knoblauch nur sanft golden (nicht braun → bitter). **Lang offen köcheln** (30–45 Min) = sämig & intensiv. **Prise** Zucker nimmt die Säure. **Arrabiata**: Pfefferoni mit Kernen = schärfer, ohne Kerne = milder.



So geht's — *Schritt für Schritt*

1. **Vorbereiten:** Tomaten **häuten** (kreuzweise einritzen, 30–60 Sek in kochendes Wasser, abschrecken, Haut ab), grob **würfeln**. Knoblauch in **Scheiben**. (*Arrabiata: scharfe Pfefferoni in Ringe — mit Kernen = schärfer.*)
2. **Olivenöl** erwärmen, **Zwiebel** zuerst **weich anschwitzen** (klassisch **glasig**, für kräftiger leicht golden — 5–7 Min), dann **Knoblauch** kurz mit — **nicht braun** (wird sonst bitter). (*Arrabiata: Pfefferoni-Ringe gleich mit.*)
3. (*Optional Tomatenmark 1 Min mitrösten — gibt Farbe & Tiefe.*)
4. **Tomaten + Salz + Prise Zucker** dazu, aufkochen.
5. **Offen 30–45 Min köcheln** bei mittlerer Hitze, ab und zu rühren — je länger, desto **sämiger & intensiver**.
6. Nach Wunsch **pürieren** (glatt) oder **stückig** lassen. **Abschmecken** (Salz, Pfeffer, evtl. Schuss Olivenöl).



Variante 1 — Sugo Basilikum

Die milde, fruchtige Klassik. **Frischen Basilikum** grob zupfen und die **letzten 5 Min** (oder ganz am Ende) einrühren — so bleibt das Aroma frisch. Perfekt für **Pasta, Pizza** und als Basis für alles.



Variante 2 — Sugo Arrabiata

Der feurige aus dem Garten. **Scharfe Pfefferoni** (Ringe) gleich mit dem Knoblauch anschwitzen — **Kernanteil = Schärfe**. Kräftig-scharf, kein Basilikum, dafür optional **frische Petersilie** am Ende. **Extra Knoblauch** macht's authentischer.



Ins Glas einmachen: Sugo **kochend heiß** in sterile Gläser füllen (½ cm Rand frei), **Zitronensaft ins Glas vorlegen** (Menge s. Seite 1), sofort verschließen, ins **Wasserbad** (ab Sprudeln 30 Min). Aufrecht auskühlen, **Vakuum prüfen**.



Sicher haltbar machen: Tomaten sind **grenzwertig sauer** → **Zitronensaft + kochend heiß abfüllen + Wasserbad** sind Pflicht. **Haltbar:** kühl & dunkel ~10–12 Monate. Geöffnet: Kühlschrank, in ~1 Woche aufbrauchen. **Verderb** (gewölbter Deckel, Bläschen, Fehlgeruch, Schimmel) → nicht kosten, wegwerfen. *Frisch gegessen brauchst du weder Zitrone noch Wasserbad.*