

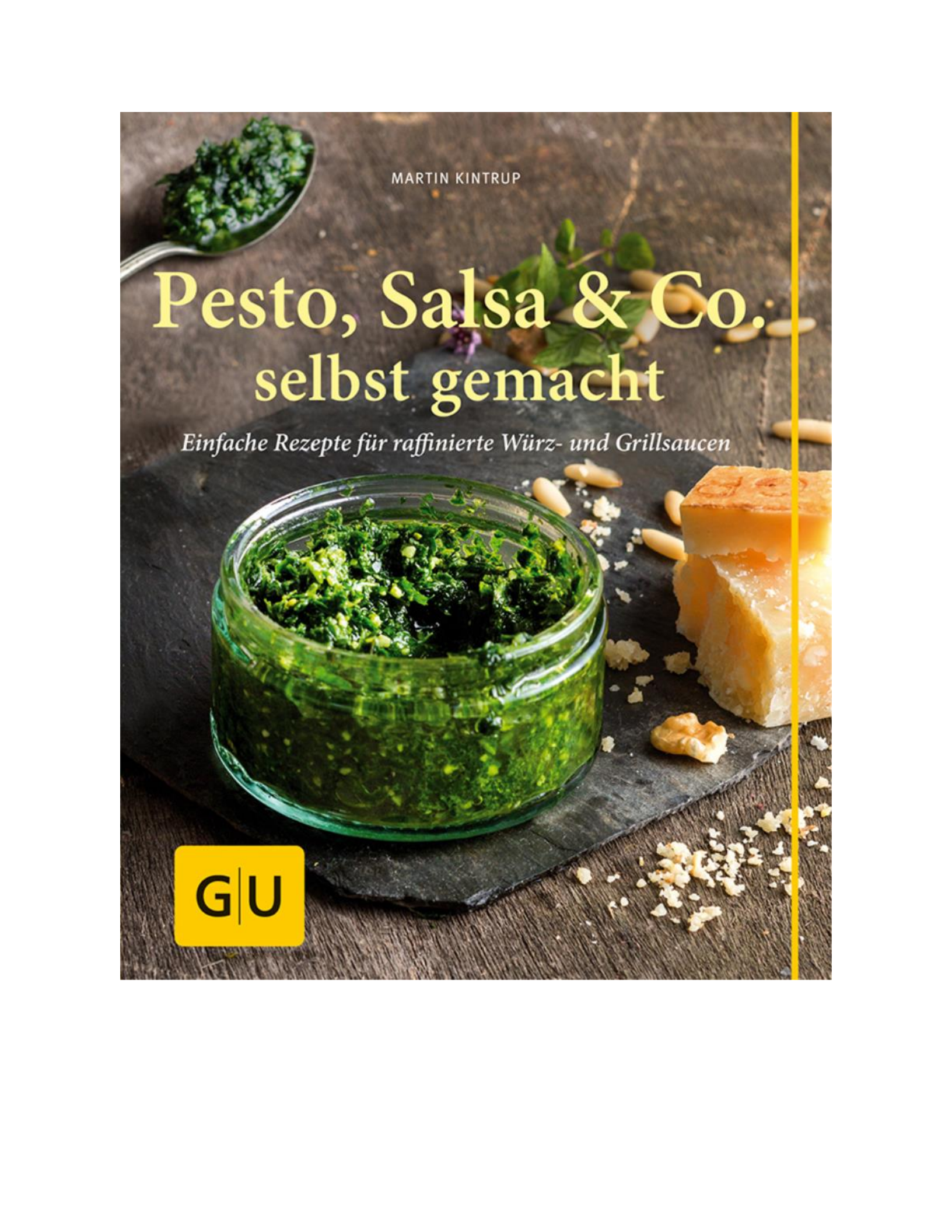
MARTIN KINTRUP

# Pesto, Salsa & Co. selbst gemacht

*Einfache Rezepte für raffinierte Würz- und Grillsaucen*



**G|U**



MARTIN KINTRUP

# Pesto, Salsa & Co. selbst gemacht

*Einfache Rezepte für raffinierte Würz- und Grillsaucen*



Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tolino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.



## Die wunderbare Welt der Würzsaucen

Warum selbst machen? Bei der Riesenauswahl an Saucen im Supermarkt? Ganz einfach: Weil es Spaß macht und hausgemacht am besten schmeckt!

Würzsaucen sind der perfekte Einstieg in die Welt des Kochens. Denn für eine gute Sauce benötigen Sie weder viel Zeit noch komplizierte Geräte. Entscheidend ist das Know-how: Wer die richtigen Zutatenverhältnisse und Zubereitungszeiten kennt, muss meist nicht mehr tun, als

ein bisschen »schnippeln«, alles in einem Topf köcheln lassen und vielleicht noch pürieren. Dann noch abschmecken, und schon steht eine Sauce auf dem Tisch, der keine Fertigsauce das Wasser reichen kann. Manchmal geht es sogar noch schneller: Zutaten zusammenrühren, abschmecken, erledigt! Wer braucht da noch Fertigsaucen mit Konservierungs-, Farb- und anderen Zusatzstoffen? Saucen selbst machen, heißt: wissen, was drin ist. Das sorgt neben Würze auch für ein gutes Gefühl auf dem Teller.

### **Ein Blick in fremde Küchen - Vielfalt pur!**

Rund um die Welt stehen Würzsaucen auf dem Tisch, um Gerichten den richtigen Kick zu verleihen. Entsprechend groß ist die Vielfalt. Die Auswahl reicht von Mayonnaise, Senf und Meerrettich in Europa über Ketchup, Barbecuesauce und Salsa in Amerika bis hin zu Sweet Chilisaucen, Sambal Oelek oder Fischsauce in Asien. Dabei hat jedes Land seine speziellen Vorlieben: Südamerikaner, Nordafrikaner und Südostasiaten mögen es gern sehr scharf, während wir in Mitteleuropa milde bis mittelscharfe Saucen vorziehen. Sind Sie eine Ausnahme? Dann haben wir etwas für Sie: Feurige Harissapaste aus Tunesien oder chilischarfe Currypasten aus Thailand. Oder doch lieber eine mild-süße Sauce? Wie wäre es mit fruchtig-süßer Steaksauce oder gelbem Ketchup mit Aprikosen? Egal, welche Vorlieben Sie haben: Mit mir lernen Sie die Saucenvielfalt der Welt kennen. Neben Klassikern gibt es auch jede Menge Neukreationen für neugierige Schlemmermäuler zu entdecken – ob süß, pikant, scharf oder herzhaft: In diesem Buch ist garantiert für jeden Geschmack etwas dabei.

## Keine Angst vor Exoten!

Für Exoten aus Asien und Abwechslung auf dem Teller landet auch schon mal eine Zutat im Topf, die Sie vielleicht nicht kennen. Alle Zutaten, die in asiatischen Saucen verwendet werden – etwa Limettenblätter, Galgant, Wasabi oder Garnelenpaste – finden Sie im Asia-Laden, manchmal auch im gut sortierten Supermarkt. Rauchsalm und Tonkabohnen sind Neulinge im Gewürzregal und nicht in jedem Supermarkt vorhanden. Diese Spezialitäten erhalten Sie in Gewürzläden, beim Gewürzstand auf dem Wochenmarkt, bei Online-Gewürzhändlern oder veganen Onlineshops (siehe Adressen auf >). Dort haben Sie vielleicht auch Glück mit Kala Namak: Dies ist ein indisches Salz mit einem hohen Schwefelgehalt und kräftigem Eigenaroma. Alle anderen Zutaten dürften bekannt und verfügbar sein. Haben Sie schon Appetit bekommen? Dann weiterblättern und loskochen – begeben Sie sich hinein ins Multi-Kulti-Saucenglück!

# Küchenhelfer für großes Saucenglück



## 1 | Mohn- oder Kaffeemühle

Senfmehl für die Herstellung von Senf und Co. ist recht teuer, die Samen sind meist deutlich günstiger. Wer also häufiger in die Produktion gehen möchte, sollte sich eventuell eine Mühle anschaffen. Für Ölsamen wie Senf, Sesam oder Mohn wird eine Mühle mit Stahlmahlwerk benötigt. Auch eine gebrauchte Kaffeemühle tut es – diese sollten Sie jedoch gut reinigen, damit kein Kaffeearoma zurückbleibt.



## 2 | Küchenreibe

In der Saucenküche werden jede Menge Zutaten verschieden grob gerieben. Sehr praktisch ist daher eine Vierkant- oder Sechskantreibe mit der z. B. Gurken oder Parmesan grob und Meerrettich oder Möhren fein gerieben werden können. Auf feinen Reibflächen mit scharfen, kreisrunden Metallspitzen lassen sich Muskatnuss, Tonkabohne oder Ingwer perfekt reiben.





### 3 | **Stabmixer mit Blitzhacker**

Viele Saucen, wie Ketchup oder Barbecuesauce, werden am Ende der Zubereitung püriert. Dafür benötigen Sie einen leistungsfähigen Stabmixer mit mindestens 600 Watt Leistung. Damit Sie die Saucen noch heiß auf dem Herd pürieren können, ist ein Metallkopf ein Muss. Am besten entscheiden Sie sich für Geräte mit einem zusätzlichen Blitzhackeraufsatz. Currypasten und Pesti gelingen darin besser als etwa in einem Standmixer.



#### 4 | Mörser

Frisch gemörsert schmecken Gewürze wie Pfeffer, Koriander und Kreuzkümmel sehr viel aromatischer. Besonders geeignet sind schwere Steinmörser mit großem Stößel, mit dem auch Pesti und Currypasten traditionell hergestellt werden. Wer sinnliche und meditative Küchenarbeit mag, lässt also einfach den Blitzhacker weg.



## 5 | Schüssel und Schneebesen

Unerlässlich sind Rührschüssel und Schneebesen. Vielfältig einsetzbar sind halbrunde Rührschüsseln aus Edelstahl, die Sie auch für heiße Saucen oder über dem Wasserbad verwenden können. Ein klassischer Schneebesen ist unübertroffen, aber auch neue Modelle mit Metall- oder Silikonkugeln funktionieren gut.



## 6 | Flaschen und Gläser

Viele Saucen sind lange haltbar. Wer also Vorräte anlegen möchte, braucht dafür passende Flaschen oder Gläser. Dafür bieten sich gereinigte und von Markenaufklebern befreite Smoothie-, Ketchup- oder Grillsaucenflaschen aus Glas an, oder entsprechend Gläser von Senf oder Fruchtaufstrichen. Wer nach einer witzigen Alternative zu Glasflaschen und Gläsern sucht oder seine Kinder zu Hause mit Pommesbuden-Flair überraschen möchte, kann seine Köstlichkeiten auch in eine Quetschflasche (Squeezebottle) abfüllen. Bezugsadressen finden Sie auf >.



## 7 | Einfülltrichter

Um Saucen unfallfrei in Gläser oder Flaschen abzufüllen, ist ein Trichter aus Edelstahl mit einer großen Öffnung sehr praktisch. Kleinere Plastiktrichter sind für dickliche oder stückige Saucen und Konfitüren nicht geeignet.



## So bleiben selbst gemachte Saucen lange haltbar

### **1 | Einwandfreie, frische Ware**

Verwenden Sie für Saucen, Chutneys, Pasten und Konfitüren, die länger haltbar sein sollen, ausschließlich Produkte, die ganz frisch und sauber sind. Obst und Gemüse sollten keine faulen oder gar schimmeligen Stellen haben. Tomatenmark, Kokosmilch und Ähnliches dürfen vor der Verwendung keinesfalls schon mehrere Tage offen im Kühlschrank gestanden haben.

## 2 | Sauberkeit ...

... fängt bei den Produkten an, setzt sich bei Messern, Brettchen, Schüsseln fort und hört bei Gläsern bzw. Flaschen und Deckeln auf. Obst und Gemüse immer gründlich waschen, trocken tupfen, ordentlich putzen und verlesen. Alle Werkzeuge sollten blitzblank sauber sein. Flaschen sowie Twist-off-Gläser und Deckel eventuell zur Sicherheit noch 8 - 10 Min. in kochendem Wasser sterilisieren. Mit einem Schaumlöffel aus dem Wasser nehmen und anschließend mit der Öffnung nach unten auf einem sauberen Küchentuch abtropfen lassen, die Deckel mit einem sauberen Tuch sorgfältig abtrocknen. Oder die leeren Gläser im Backofen bei 120 ° (Umluft 100 °) 10 - 15 Min. sterilisieren.

## 3 | Schnell abfüllen

Gekochte Saucen - sofern sie nicht bald verbraucht werden - sofort und noch heiß in Twist-off-Gläser oder -Flaschen abfüllen (siehe >) und verschließen. Nach Belieben 5 Min. auf den Kopf stellen, damit ein steriles Vakuum entstehen kann. Dann umdrehen und abkühlen lassen.

## 4 | Richtig aufbewahren

Konfitüren, Chutneys und Saucen mit hohem Zuckeranteil können ungeöffnet dunkel im Küchenschrank einige Wochen bis Monate überdauern. Bei allen anderen und insbesondere angebrochenen Saucen gilt: Kühl soll es sein, genau genommen kalt! Der Kühlschrank sollte auf eine Durchschnittstemperatur von etwa 6 ° eingestellt sein. Die Temperatur ist im Kühlschrank allerdings ziemlich ungleich verteilt. Während es in den Türen und den Frischefächern ganz unten schon einmal 10 ° warm sein kann, sinkt die Temperatur im Hauptraum von etwa 8 ° im obersten Fach

auf bis zu 2 ° direkt über dem Frischfach. Genau das ist auch der Platz, an dem sich die Saucen am wohlsten fühlen.

## **5 | Geöffnete Saucen rasch verbrauchen**

Die Haltbarkeit einer Sauce wird durch das Öffnen immer verkürzt, da sie dadurch in Kontakt mit Sauerstoff, Bakterien und vor allem Schimmelpilzsporen kommt. Deshalb gilt: Die Saucen nur kurz aus dem Kühlschrank nehmen und die benötigte Menge immer mit einem sauberen Löffel entnehmen statt sie auszugießen. Durch das Ausgießen bilden sich Saucenreste am Deckelrand, die zum schnelleren Verderb führen können. Die Sauce nach der Verwendung sofort wieder kalt stellen. Pesto bleibt länger haltbar, wenn es immer mit einem dünnen Ölfilm bedeckt ist. Das schützt nahezu perfekt vor Verderb durch Oxidation oder Schimmelsporen. Verändert eine Sauce ihren Geschmack, riecht sie eigenartig oder sehr streng oder findet sich darauf ein Schimmelfleck: Sofort entsorgen!



## Zu verschenken!

Selbst gemachte Saucen sind ein schönes und farbenfrohes Mitbringsel. Wer diese noch dazu attraktiv verpackt, hat immer perfekte Geschenke für Freunde mit viel Liebe zum Kochen parat. Mit diesem Zubehör ernten Sie garantiert jede Menge Applaus!



### 1 | Gläser und Flaschen

Besondere Gläser, z. B. bauchige Twist-off-Gläser, machen viel her. In kleinen Gläschen hingegen wirkt alles besonders niedlich, und Bügelflaschen versprühen einen coolen

Vintage-Charakter. Für etwas ganz Spezielles sich lohnt auch der Weg in den Secondhandshop. Wichtig: Nur absolut unbeschädigte alte Flaschen und Gläser verwenden und diese gründlich reinigen.



## 2 | Aufkleber ...

... zum Beschriften oder bereits bedruckt gibt es in unzähligen Varianten, auch transparent und – ganz hip – aus Kraftpapier, eine Papiersorte mit besonders hoher Festigkeit. Besonders schöne Versionen gibt es bei [www.dawanda.de](http://www.dawanda.de) oder in Designläden.



### 3 | Stoffhäubchen ...

... können Sie ebenfalls z. B. bei [www.dawanda.de](http://www.dawanda.de) beziehen oder ganz einfach selbst herstellen. Dafür einen sauberen Stoffrest – etwa mit Streifen-, Karo- oder Punktemuster – mit einem 6 cm größeren Durchmesser zuschneiden, als ihn der Glas- oder Flaschen-deckel hat. Dann mit einem Band umwickeln und dieses zuknoten oder zur Schleife binden. Wer ein besonderes Händchen für Handarbeit hat, häkelt sich eine runde Haube für ein Glas oder eine kleine Pudelmütze für eine Flasche. Auch bestickte Hauben machen sich sehr gut.



#### 4 | Bänder ...

... sind in Bastelläden erhältlich. Besonders edel und extravagant wirken Zierbänder mit Pailletten, Spitze oder Bommeln. Auch Geschenkbander aus Stoff – z. B. in Blau, Rot oder mit Pünktchen – machen einen schicken Eindruck. Etwas rustikaler wirken rot-weiße Kordeln oder Papierbänder in Naturfarben. Auch simples Packband macht eine gute Figur.



## 5 | Anhänger ...

... sind die Alternative oder eine Ergänzung zur Beschriftung von Gläsern oder Flaschen. Viele junge Designer verkaufen kreative Papieranhänger übers Internet. Besonders schick sind kleine Tafel-Anhänger. Darauf ist neben dem Saucennamen auch noch Platz für einen kleinen Gruß.



## 6 | Verpackung ...

... ist eigentlich nicht nötig. Die bunten Saucengläschen und -flaschen allein machen schon genug her. Ein Klassiker sind halb-transparente oder transparente Tütchen, die mit bunten Bändern zugebunden werden. Wenn es sich anbietet, finden darin als Deko auch noch getrocknete Hauptzutaten der Saucen Platz, z. B. rote Chilischoten, eine Zimtstange oder Orangenschale. Schlicht, aber stylish sind Tüten aus Kraftpapier. Diese können z. B. schwarz, bunt oder weiß bestempelt und mit Holzwäscheklammern oder