

Hapanimelä tomaattikastike

kokonaisaika **110 min** 20 min esivalmistelut **90 min** valmistus

Ravintosisältö (per annos):
170 kJ / 40 kcal

Rasva: **0,4 g** Proteiini: **1,3 g**
Hiilihydraatit: **7,7 g**

AINEKSET

4 annosta

| | |
|-----------------|--|
| 500 g | tomaatteja |
| 1 pala | keltainen tomaatti |
| 0,5 pala | makea sipuli |
| 3 | valkosipulinkynttä |
| 50 ml | Kikkoman luonnollisesti valmistettu vähemmän suolaa sisältävä soijakastike |
| 0,5 tl | vahvaa chilikastiketta (esim. TABASCO® Pepper Sauce) |
| 1 rkl | omenaviinietikkaa (esim. Rajamäen) |
| 3 tl | hunajaa |
| 1 rkl | Kikkoman Teriyaki -marinadi |
| 0,5 rkl | kuivattua basilikaa |
| 2 tl | vastajauhattua mustapippuria |

VALMISTUS

Vaihe 1

Puhdista kasvikset ja poista kannat ja siemenet. Pilko tomaatit neljään osaan ja keitä välillä sekoittaen 30 minuuttia, kunnes vesi on haihtunut pois. Paseeraa tomaatit siivilän läpi.

Vaihe 2

Kuori keltainen tomaatti ja leikkaa pieniksi kuutioiksi. Hienonna valkosipulit ja sipuli. Lisää keltainen tomaatti, hienonnetut valkosipulit ja sipuli tomaattikastikkeeseen. Keitä miedolla lämmöllä ja sekoita välillä. Lisää joukkoon kaikki mausteet ja keitä 2–3 minuuttia. Voit joko soseuttaa kastikkeen tai jättää kasviskuutiot kokonaisiksi.

Vaihe 3

Kaada kastike puhtaisiin ja kuiviin lasipurkkeihin, sulje purkit tiiviisti kansilla ja nosta purkit 120-asteiseen uuniin. Pidä uunissa n. 30 minuuttia. Nosta lasipurkit pois uunista ja anna jäähtyä yön yli. Älä kääntele purkkeja.

Vaihe 4

Lisäämällä valmiiseen tomaattikastikkeeseen muita kasviksia ja lihaa tai kalaa saat herkullisen kastikkeen esimerkiksi riisille tai nuudeleille.