

# Kreolische Sauce

## Sauce créole



### Zutaten für ca. 500 ml:

60 ml Olivenöl  
1 Gemüsezwiebel  
2 Knoblauchzehen  
1 rote Paprika  
1/2 gelbe Paprika  
400 ml Dosentomaten  
1 TL Cajun Gewürzmischung  
1 TL getrockneter Thymian  
(oder 2 TL frischer gehackter)  
2 EL frisch gehacktes Basilikum  
60 ml trockener Sherry  
1/4 TL Tabasco  
1/4 TL schwarzer Pfeffer  
1/4 TL Salz  
2-3 EL haltbare Sahne  
(optional)

1. Zwiebel klein würfeln, Knoblauch abziehen und in Scheiben schneiden.
2. Paprika putzen, halbieren, 30 Minuten bei 180° im Backofen backen, die Haut abziehen und fein würfeln.
3. Zwiebeln und Knoblauch in Olivenöl glasig anschwitzen. Tomatenmark zugeben und etwas mitlaufen lassen. Mit dem Sherry ablöschen, Dosentomaten zugeben und zerteilen, 15 Minuten köcheln lassen.
4. Gewürze, Paprikawürfel und 2 EL Olivenöl zugeben und verrühren, das Ganze in einem hohen Kunststoffbecher mit einem Schneidestab mixen. Nach Geschmack Sahne zugeben.

### Cajun-Gewürzmischung (Ersatz):

30 g Paprika  
15 g schwarzer Pfeffer  
2 TL Cayenne-Pfeffer  
1 EL Knoblauchpulver  
1 EL Zwiebelpulver

### Hinweise:

Am besten fertige Cajun-Mischungen verwenden. Diese Sauce schmeckt zu vielen Sorten Fisch, Geflügel und Schweinefleisch und lässt sich in einem gut verschlossenen Schraubglas einige Tage im Kühlschrank aufbewahren. Vor dem Gebrauch eventuell noch mit Fond bzw. Sahne verdünnen und entsprechend nachwürzen.

### Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 25 min, Gesamtzeit ca. 40 min, Grundrezepte, warme Saucen, französisch

Rezept und Foto: Walter  
Stand 19.01.2023