



KANOWMÜHLE
SPREEWALD

Rezepte



Schnelle Tomatensauce

ZUTATEN 4 Portionen

- ca. 400 g Tomaten (oder eine Dose gehackte Tomaten)
- ca. 200 g Fetakäse
- ca. 40-60 ml Paprikakernöl der Kanow Mühle (mild oder scharf nach Geschmack)
- Knoblauch (frisch oder als Gewürz)
- Salz, Pfeffer etc. nach Belieben
- Basilikum

Dazu passen:

Nudeln, Reis, frisches Brot, gekochter Buchweizen, Hirse uvm.

Arbeitszeit: ca. 15 Min.:

Kochzeit: 10 Min. Dose-Tomaten, 20 Min. bei frischen Tomaten

Schwierigkeitsgrad: leicht

ZUBEREITUNG

Die Tomaten und den Fetakäse würfeln und vermengen. Das Paprikakernöl hinzugeben - wer es nicht so scharf mag wählt die milde Variante. Diese Sauce solange köcheln lassen, bis die Tomaten weich sind und eine Saucenkonsistenz entsteht.

Mit den Gewürzen nach Belieben abschmecken. Vor dem Servieren mit frischem Basilikum verfeinern.

Glück zu! - Ihr Ölmüller