



## Selbst gemachter BBQ Ketchup

100 g getrocknete Kidneybohnen, 1 Zwiebel, 2 Knoblauchzehen, 100g Bauchspeck, 1 EL Zucker, 1 TL Korianderkörner, 1 Lorbeerblatt, 1 Sternanis, ½ Zimtstange, Schale von 1 Bio Zitrone, 1 EL Tomatenmark, 330 ml Guinness-Bier, 300 ml Gemüsebrühe, 3 TL Worcestershiisauce, 2 EL Rotweinessig, Rauchsatz, 100 ml Tomatenketchup, 3 EL Olivenöl

Bohnenkerne über Nacht im kalten Wasser einweichen lassen. Zwiebel und Knoblauch schälen und würfeln, Speck in grobe Würfel schneiden. Zucker in einem Topf leicht karamellisieren lassen. Speck, Zwiebel und Knoblauch zugeben und kurz anbraten. Gewürze, Zitronenschale, Tomatenmark und die abgetropften Bohnen zugeben, kurz mit andünsten und dann mit dem Bier ablöschen. Brühe zugeben. Alles für 1 ½ Stunden zugedeckt köcheln lassen. Topf von Herd nehmen. Mit Worcestersoße, Essig, Meersalz, Pfeffer und dem Raucharoma abschmecken. Gewürze entfernen. Ketchup unterrühren und alles fein pürieren. Den Topf wieder auf den Herd stellen und alles unter ständigen rühren 5 Minuten einkochen lassen. Sauce abkühlen lassen. Anschließend das Olivenöl unterrühren und erneut abschmecken.

## Avocado - Sauce für Burger

Je 1 kleines Bund Petersilie, Basilikum, Estragon und ½ Bund Minze, 3 reife Avocados, 200 ml Gemüsefond, Saft und Schale einer Bio Zitrone, 1 EL Rotweinessig, 2 EL Olivenöl, 1 EL körniger Senf, 1 TL geriebener Meerrettich aus dem Glas, Pfeffer, Salz  
Kräuter abspülen, trocken schütteln, Blätter abzupfen. Avocados auslösen. Kräuter, Fond, Zitronensaft, Zitronenschale und das Avocadofleisch im Mixer kurz pürieren. Essig, Öl, Senf, und Meerrettich unterrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.