

Neue Flamme (Bio) von NaBio/Naba Feinkost



Was enthält sie? Wasser, Tomatenmark 35 %, Rohrohrzucker, Branntweinessig, Zuckerrohrmelasse, Meersalz, Reisstärke, Verdickungsmittel (Johannisbrotkernmehl, Guarkernmehl), Chili, Gewürze

Wie finden wir sie? Geschmacklich und in der Konsistenz erinnert sie mehr an Ketchup als an eine typische Grillsauce. Da sie trotz Chili, der die Sauce eigentlich „hot“ machen soll, eher mild ist, werden auch Kinder sie mögen. Mit nur 1,6 Gramm Salz pro 100 Gramm hat die „Neue Flamme“ den geringsten Salzgehalt aller Grillsaucen in unserem Test. Gut so!

Wozu passt sie? Zu Würstchen und Fleisch, Kartoffelspalten, aber auch zu Fondue und als Dressing für Nudelsalat.

Wie teuer? 0,93 Euro/100 ml

ZUM SELBERMACHEN

Milde Gemüse-Grillsauce

1 rote und 1 gelbe Paprikaschote waschen, putzen und in Stücke schneiden. 2 Fleischtomaten waschen, putzen und würfeln. 2 mittelgroße, rote Zwiebeln und 1 Knoblauchzehe schälen und grob hacken. Das Gemüse in ein tiefes Gefäß geben und mit 4 EL Olivenöl grob pürieren. Mit Chilipulver, 1 Spritzer Tabasco, Salz und Pfeffer pikant abschmecken.

Die Sauce ist lecker zu gebackenem Gemüse, Fisch, Würstchen und Kartoffelspalten.