

Lørenskog bygdemuseum

Etter Gry Hammers oppskrift

Fermentert ketchup



Ingredienser:

- 5 dl økologisk tomatpurè
- 1/4 kopp lønnesirup + 2 ss ekstra
- 1/4 kopp myse, avsilt fra yoghurt, kefir eller annen syrnet melk
- 2 ss rå eplecidereddik
- 1 ss mineralsalt uten antiklumpemiddel
- 1 ts allehånde
- 1 ts finhakka hvitløk

Fremgangsmåte:

Bland det hele og la stå under klede i ca. fire dager.

Smak på ketchupen etter to-tre dager og sett i kjøleskap når du synes den smaker rundt og godt, akkurat som ketchup skal.