Traditionelle georgische Tomatensauce (Satsebela)

Satsebela

Satsebela ist eine traditionelle, scharf-würzige georgische Sauce, die hauptsächlich aus Tomaten, Paprika, Knoblauch und verschiedenen Gewürzen hergestellt wird. Sie ist bekannt für ihren vielseitigen Geschmack und wird oft zu Fleisch, Gemüse, Eiern oder als Dip serviert.

Herkunft: Georgien
Kategorie: Beilagen, Saucen, Dips

Zutaten für 4 Portionen

1 Kilogramm Tomate(n)
300 g Paprika rot oder gelb
1 Chilischote(n)
5 Zehen(n) Knoblauch
50 g Koriander frisch
1 TL Koriander gemahlen
1 TL Salz
2 TL Zucker

Vorbereitung

Die Tomaten waschen, den Stiel entfernen und grob schneiden. Die Paprika entkernen, in Stücke schneiden. Die Chilischote ebenfalls in Stücke schneiden und nach Geschmack die Kerne entfernen. Den Knoblauch schälen, Kräuter waschen und trocknen. Alles (außer Knoblauch) in einem Mixer oder Fleischwolf grob pürieren.

Zubereitung

Die pürierte Masse in einem Topf bei mittlerer Hitze ca. 20 Minuten köcheln lassen, dabei regelmäßig umrühren.
In der Zwischenzeit den Knoblauch fein hacken oder pressen und am Ende der Kochzeit unterrühren.
Abschmecken und heiß oder kalt servieren.
Die Sauce lässt sich gut im Kühlschrank aufbewahren und schmeckt kalt besonders intensiv. Satsebela hält sich in luftdicht verschlossenen Gläsern im Kühlschrank etwa 4 Wochen.

© 2026 coquina.de