

pasatta - Tomatensauce

www.fitdurchsleben.com

Zutaten für eine Tomatenpasatta:

- 80 ml Olivenöl, raffiniert
- 50 g Kristallzucker
- 300 g Zwiebel in grobe Würfel
- 300 g Stangensellerie in grobe Würfel
- 8 ST Knoblauchzehen, oder nach Geschmack

- 4 kg Tomaten, reif
„entstrunkt“ und in grobe Würfel
- 40 ml Balsamikoessig „weiß“

- Jew. 3 ST Rosmarin und Thymian frisch
mit Garnzusammen gebunden
Oregano, Pfeffer
Salz



Herstellung:

1. Olivenöl in einen großen Topf geben und mit Zucker erhitzen.
2. Zwiebel, Sellerie und Knoblauch hinzugeben und 3-4 Minuten andünsten lassen.
3. Die Tomatenstücke dazugeben und mit Essig ablöschen.
4. Aufkochen lassen und gut würze.
5. 2 Stunden im Ofen bei 160 °C mit Deckel köcheln lassen.
6. Mit der flotten Lotte passieren abschmecken.
7. In Ausgekochte Gläser, 2 cm unterm Rand füllen, Deckel drauf.
8. Bei 140 °C im Backofen (mittlerer Schiene) solange drinnen lassen – bis die Pasatta im Glas aufkocht.
9. Ofen ausschalten und mit geöffneter Ofentür auskühlen lassen.
10. Die Pasatta ist damit über Monate haltbar (sterilisiert) geworden. . .

