



Education and Culture DG

Lifelong Learning Programme

Leonardo da Vinci

TOMATENSAUCE

Zutaten :	Menge
Reife Tomaten	1 KG
Zwiebeln	0,250 KG
Öl	1 DL
Paprika	½ Löffel
Knoblauch	3 Zehen
Lorbeer	1 Blatt
Mehl	0,025 KG.
Salz	
Zucker	

Vorbereitung:

Zwiebeln und Knoblauch fein würfeln.
Tomaten vierteln.



Zubereitung :

Zwiebeln und Knoblauch in heißem Öl anbraten, Paprika, Tomaten und Lorbeerblatt hinzufügen. Abschmecken und eine halbe Stunde köcheln. Passieren und salzen.

Anmerkungen:

Falls das Mehl hinzugefügt wird, muss dies zusammen mit dem Paprika geschehen. Der Zucker mildert die Säure der Tomaten.

Die Sauce für mehrere Tage im Kühlschrank aufbewahren.

Man kann Speck oder Möhren hinzufügen.

Passt zu:

Pasta, Eiern, Gemüse, Reis, Fleisch, Fisch und als Basis für andere Saucen.



Gewürfelte Tomaten

Ingredientes :	Cant.
Tomaten	2 KG
Zwiebeln	¼ KG
Knoblauch	3 Zehen
Paprika	½ Löffel
Zucker und Salz	
Öl	1 DL.
Bouquet Garni	

Vorbereitung :

Tomaten überbrühen, enthäuten, abkühlen lassen und in feine Würfel schneiden.

Zwiebeln schneiden, Knoblauch fein würfeln.

Bouquet Garni herstellen.



Zwiebeln und Knoblauch anschwitzen. Paprika, Bouquet Garni und dann die Tomaten hinzufügen.

Kochen und abschmecken. Bouquet entfernen.

Anmerkung:

Diese Sauce wird nicht passiert, sondern serviert wie sie ist.

Verwendbar für:

Füllungen, Beilagen etc.

