

SALSA ITALIANA

Prepara de esta deliciosa salsa italiana, muy útil para la elaboración de lasaña, espagueti boloñesa, base para pizza, o simplemente para untar sobre pan con un poco de aceite de oliva.

Sirve de base para un sin fin de recetas.

INGREDIENTES

PORCIÓN: 4 Personas

- 2 dientes ajo
- 1/2 cebolla
- Albahaca
- Perejil
- 1 cucharadita de orégano triturado
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1/4 de cucharadita de pimienta en polvo
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 1 y 1/2 kg. de jitomate
- 1 y 1/2 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de azúcar

TODAS LAS VERDURAS DEBEN DE ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS.

VER VIDEO DE MÉTODOS DE DESINFECCIÓN

Modo de preparación

una cacerola grande ponemos 1 y $\frac{1}{2}$ kilo de jitomates y

agregamos agua a cubrir. Esperamos a que hiervan. Cuando notemos que se les revienta la piel apagamos el fuego. Colamos. (Podemos reservar esa agua para las plantas. Dejamos que se enfríen un poco y les retiramos la piel con cuidado. Los partimos a la mitad y les retiramos las semillas.

pasamos a una licuadora y licuamos. Agregamos $\frac{1}{4}$ de taza de agua de su cocción.

una cacerola ya caliente a fuego bajo, vertemos 4 cucharadas de aceite vegetal y agregamos $\frac{1}{2}$ cebolla finamente picada. Sofreímos por 40 segundos y agregamos 2 ajos finamente picados. Mezclamos hasta que la cebolla transparente (2 minutos aproximadamente). Agregamos un puño grande de perejil finamente picado y unas 10 hojas de albaca fresca finamente picada. Agregamos un puño de orégano triturado, una cucharadita de ajo en polvo y 1 y $\frac{1}{2}$ cucharadita de sal. Mezclamos. Agregamos un poco de pimienta en polvo y mezclamos.

el puré de jitomate y una cucharadita de azúcar. Mezclamos. Dejamos que hierva durante 20 minutos (destapada la cacerola). Movemos de vez en vez para que no se pegue. Probamos de sal y agregamos al gusto. Pasamos una cuchara de un extremo al otro de la cacerola y si la salsa se separa, apagamos el fuego.

.

Ver video