



---

## *Coulis de tomates Nature*

---



*Le coulis de tomate pour vos bases de sauces , vos plats, vos potages , rien que du naturel .*

### *Ingrédients :*

*5 kg de tomates fraîches (je fais un mélange de ma récolte , sauf tomate ananas et zebra)*

*5 beaux oignons (+/- 750 gr nettoyé)*

*10 gousses d'ail*

*5 poivrons (en mélange si vous le souhaitez)*

*5 feuilles de laurier*

*Huile d'olive*

*Sel, poivre*

### *Préparation du coulis de tomates :*

*Lavez les tomates et détaillez-les en morceaux.*

*Épluchez les oignons et gousses d'ail ,détaillez le tout. Couper les poivrons en deux et retirer les graines et les filaments blancs, puis les couper grossièrement.*

*Versez l'huile dans une grande casserole à fond épais.*

*Faites-y revenir rapidement l'ail et l'oignon.*

*Ajoutez les tomates, les poivrons, les feuilles de laurier. Baissez le feu sur feu extra doux et laissez mijoter à découvert durant 8 h (à voir suivant le type de tomates), le temps sera allongé si elles contiennent beaucoup d'eau. Remuez de temps en temps.*

*Passez ensuite au mixeur (ou blender).*

*Passer la préparation tiède ou froide sur un tamis fin afin d'obtenir un mélange ultra lisse. Les petites peaux et les pepins seront eux jetés.*

*Vous pouvez mettre en bocaux hermétiques et fermer.*

*Placez-les dans le stérilisateur et recouvrez- les d'eau. Comptez 40 minutes à 100 ° à partir de l'ébullition.*

### *Infos conseil :*

*Vous constaterez qu'il est peu épicé , ceci dans le but de l'utiliser dans n'importe quelle préparation future et ainsi de l'assaisonner en harmonie avec la recette.*