

Томатный соус с базиликом



На 100 грамм:
Калорийность: **27,08 ккал.**
Белки: **1,18 г.**
Жиры: **0,89 г.**
Углеводы: **3,85 г.**

Страница рецепта: <https://www.yournutrition.ru/recipes/tomatnyj-sous-s-bazilikom/>

Ингредиенты:

- 4,5 кг помидоров (на 3 л соуса)
- 1 головка репчатого лука
- 2 средних моркови
- 1 стебель сельдерея
- 2 веточки свежего базилика
- 2 ст. л. оливкового масла
- 1 ст. л. соли

Приготовление:

Для приготовления нужны зрелые помидоры, из 4,5 кг получается примерно 3 л соуса. Лук, морковь, сельдерей очистить, нарезать произвольно.

В глубокой кастрюле разогреть оливковое масло, потушить овощи в течении 5 минут, постоянно помешивая деревянной лопаткой.

Зрелые помидоры нарезать на 4 части, всыпать в кастрюлю. Варить с момента закипания 1 час. За это время овощи полностью размягчатся.

Теперь необходимо протереть томатную массу, чтобы избавиться от кожицы и семян.

Томатный соус вернуть на огонь и варить на среднем огне около 2 часов, периодически помешивая до консистенции томатного соуса. Добавить соль.

Базилик помыть, оборвать листочки.

Горячий соус перелить в стерилизованные банки, в каждую баночку положить по 2-3 листочка базилика. Закрывать прокипяченными крышками. Перевернуть банки, укутать их до полного остывания. Хранить в прохладном месте.

Соус хорошо сочетается с пастой/пиццей.