

Tomaten-Sugo

Zutaten:

- 2 kg Tomate(n) , aromatische
- Salz und Pfeffer, schwarzer , aus der Mühle
- 2-3 TL Zucker, brauner
- [6 EL EV0-Olivenöl](#)
- 4 Knoblauchzehe(n) , gepresst
- [2 TL Italienische Kräuter](#)

Zubereitung:

1. Die Tomaten halbieren und den Stängelansatz herausschneiden. Die Tomaten mit der Schnittfläche nach oben in einen Bräter legen, salzen, pfeffern und mit etwas Zucker bestreuen. Das EV0-Olivenöl mit den gepressten Knoblauchzehen, den Italienischen Kräutern mischen und auf den Tomaten verteilen.
2. Für etwa 1 Stunde in den Ofen stellen (mittlere Schiene). Eventuell gegen Ende noch 5 – 10 Minuten den Grill zuschalten, bis die Tomaten am Rand ein paar dunkle Stellen haben. Tomaten mit ausgetretener Flüssigkeit pürrieren. Je nach Bedarf durch ein feines Sieb streichen oder mit der Flotten Lotte passieren um Haut und Kerne zu entfernen.
3. Tipp: Man kann auch die Fettpfanne des Backofens verwenden, in diese passen 3 kg Tomaten. Allerdings habe behalten die Tomaten in einem Bräter ein besseres Aroma und bekommen mehr Röstaromen.
4. Tomaten-Sugo eignet sich zu Pasta oder mit etwas Gemüsebrühe verlängert als feine Tomatensuppe und als Grundlage für mediterrane Aufläufe oder Pizza.

Tipp:

Zum Konservieren gibt es zwei Möglichkeiten:

Sauce nach dem Pürieren nochmals aufkochen und kochend heiß in vorbereitete Twist Off-Gläser füllen. Einkochen. Hierfür sollten alle Gläser dieselbe Größe haben. Die Fettpfanne in den Backofen auf der untersten Schiene einschieben und ca. 2 cm hoch Wasser hineingeben. Die Gläser mit etwas Abstand in die Fettpfanne stellen. Temperatur auf 150 – 160 °C Umluft stellen. Wenn in den Gläsern gleichmäßig Perlen aufsteigen (nach 30 – 40 Min.), den Ofen ausschalten und die Gläser noch 30 Min im ausgeschalteten Ofen belassen, danach herausnehmen und abkühlen lassen.