KOCHREZEPTE FRISCH AUS MALLORCA von Fet a Sóller

"Sofrito"- Grundlage vieler mallorquinischer Gerichte

Das Sofrito ist die Grundlage der Paella, des Arroz Brut und fast allen Gerichten, die zum Eintopf werden.

Zubereitungsdauer: 20 min. · Schwierigkeitsgrad: einfach · vegan

Portionen

Zutaten für je nach Glasgröße 5-8.

Zutaten

5 kg reife Ramallet Tomaten oder ähnlich aromatische
1 EL brauner Zucker
1 EL Meersalz
1 TL Paprikapulver "Tap de cortí" edelsüß
1 TL schwarzer Pfeffer, gemahlen
4 Knoblauchzehen, gehackt
4 EL Olivenöl D.O.
1 kg grüne Spitzpaprika

Zubereitung

Die Ramallet (oder eine andere, aromatische Sorte) Tomaten gründlich waschen.
Halbieren und die Hälften mit der Schnittfläche nach unten grob reiben bis die Haut über bleibt.
Einen guten Spritzer Öl in einer Kasserolle auf den Herd stellen.

Dann den Knoblauch schälen, schneiden oder hacken und ihn in die Pfanne mit dem Öl geben.
Die geriebenen Tomaten, Salz, Pfeffer und Paprika hinzufügen. Ein wenig umrühren. Wer mag, fügt
weiter Kräuter hinzu, aber die reine Tomaten-Paprika Basis lässt sich besser in unterschiedlichen Gerichten anwenden. 1 Stunde lang mit geschlossenem Deckel sanft köcheln lassen.

Nach Ablauf der Stunde zwei Esslöffel Zucker hinzufügen, um den Tomaten die Säure zu

nehmen.
Vom Herd nehmen und etwas abkühlen lassen.
Sobald sie etwas abgekühlt ist, die Sauce durch einen Kartoffelstampfer drücken.
Die Tomatensauce in Gläser füllen und mit etwas Olivenöl beträufeln.

Stellen Sie die geschlossenen Gläser in einen Kochtopf und füllen Sie ihn bis zur Höhe der Gläser mit Wasser.
20 Minuten lang kochen.
Die Gläser in dem Topf mit dem Wasser abkühlen lassen.

Die Konserven bilden beim Abkühlen ein Vakuum und halten (dunkel und kühl gelagert) bis zu einem Jahr.