

Molho de Tomate: aprenda a fazer em casa e economize

Macarronada, polenta, conglione, panquecas, lasanhas, o que tem em comum em todos esses pratos? Molho de tomate! Ele é um coringa na cozinha e exatamente por isso acabamos usando tantos os molhos industrializados. Mas, você pode fazer seu molho de tomate caseiro, 100% seguro e livre de sujeiras e impurezas.

25/08/2016 15:53:47

Quem cozinha em casa acaba apelando para os molhos industrializados por causa da praticidade. Afinal é abrir uma lata ou pacotinho e despejar na panela. Mas, recentemente voltou aos noticiários a quantidade de impurezas e sujeiras que contêm esses produtos. Mas, você sabia que fazer seu próprio molho de tomate caseiro pode ser fácil, prático e ainda economizar tempo na cozinha?

"Você pode fazer o molho de tomate caseiro em grandes quantidades quando encontrar uma superpromoção, por exemplo. O que não usar no dia, pode congelar em pequenas e médias porções. Dessa forma você tem um produto 100% confiável, afinal foi você mesma que fez, muito saboroso e ainda será uma mão na roda para o dia a dia", explica Mirussia.

Mirussia Remuszka, cozinheira profissional e empreendedora, tem ensinado como fazer o molho de tomate caseiro e ainda aproveitar esse preparo para economizar tempo na cozinha. Seu projeto culinário é o Cozinha & Liberdade, um método que ajuda mulheres e homens a pensarem a cozinha de forma inovadora, focando sua energia em pré-preparos que combinados com 4 aceleradores, resultam em inúmeras refeições finalizadas em menos de 15 minutos. Ou seja, praticidade, economia e refeições saudáveis todos os dias na sua casa.

No curso online Cozinha & Liberdade, Mirussia mostra como aproveitar o molho de tomate ao máximo, seja cru ou cozido. O molho de tomate cru pode ser conservado na geladeira até 15 dias, em pote hermético, já o molho cozido pode ser congelado e conservado até 3 meses no freezer. O molho de tomate também pode se tornar um pré-preparo que pode ser incluído em várias receitas diminuindo o tempo de finalização da refeição. Um dos exemplos é o macarrão com almôndegas finalizado em 12 minutos, usando as técnicas do Cozinha & Liberdade.

Agora que já ficou convencido de como pode ser prático fazer seu próprio molho de tomate caseiro, anote a receita e comece a usar o Cozinha & Liberdade hoje mesmo.

Molho de Tomate Cru

Ingredientes:

- 6 tomates grandes maduros.
- 1 cebola média.
- 2 dentes alho.
- 4 folhas manjeriço.
- 1 col. Sopa de mostarda em grãos.
- ½ xic azeite de oliva.
- 1 col. sobremesa de sal.
- 1 col. chá de pimenta reino.
- 1 col. sopa de lemon pepper.
- 2 col. Sopa de chimmi churri.

Modo de fazer

Colocar todos os ingredientes no liquidificador e processar. Se necessário colocar água somente o suficiente para bater.

Armazenagem

Em pote hermético com óleo por cima fica na geladeira por até 2 semanas, cuidado ao manipular, utensílios sempre limpos.

Não congelar essa etapa.

Faça o que eu faço

Por trabalhar com ingredientes naturais, muitas vezes a cor final não é vermelha e sim laranja ou rosa. Isso pode causar estranheza. Misture uma lata de tomates pelados quando bater no liquidificador, isso vai restabelecer a cor, sem o gosto artificial dos molhos prontos ou extratos.

Molho de tomate cozido

Ingredientes:

- 1 litro de MOLHO DE TOMATES CRU.
- 4 col. sopa de MANTEIGA DE ERVAS.
- 2 col. sopa de PASTA DE ALHO.
- 1 cebola média picada bem fina.
- Folhas de manjeriço.

Modo de preparo

Refogar a cebola na manteiga de ervas (cuidado para não queimar a manteiga, acrescente um fio de óleo se necessário para estabilizar a temperatura), quando a cebola estiver dourada, acrescente o alho. Deixe fritar coloque as folhas de manjeriço e despeje o molho de tomates cru. Deixe ferver em

fogo baixo por no min 40 min. Quanto mais tempo melhor, se necessário coloque um pouco de água para não queimar.

Após esse tempo prove o molho, é possível que esteja ácido (supernormal quando se utiliza só tomates de verdade no molho). Caso realmente esteja, coloque uma colher de sobremesa de açúcar no molho deixe ferver e acerte o sal.

Armazenagem

Em potes plásticos de diferentes tamanhos podem ser congelados por até 3 meses. Em geladeira fica por 5 dias. Descongelar somente o que for utilizar. Após descongelado, manter na geladeira por 2 dias.

Faça o que eu faço

O molho irá espumar um pouco. Utilizando uma escumadeira, retire e despreze essa espuma, são impurezas dos ingredientes.

Quer mais três receitas de molhos?

Acredite, esse molho de tomate vai conquistar sua família e fazer sucesso em todas suas receitas. Ele também é a base para outras variações de molhos, como bolonhesa, arrabiata e putanesca.

Link: <http://cozinhaeliberdade.com.br/molhodetomate/>