

Sauce Livornese

Sugo livornese



Zutaten für 4-6 Personen:

1 Ecke Butter
1/2 EL Olivenöl
1 Zwiebel
1/3 einer Stange Lauch
1 EL Tomatenmark
1 Knoblauchknolle
2 mittlere Karotten
16 grüne Oliven, mit Paprikapaste gefüllt
1 EL Kapern
1/4 Bund Petersilie (oder 1 EL gefriergetrocknete)
2 Lorbeerblätter
400 ml gehackte Tomaten
400 ml geschälte Tomaten
300 ml Gemüsebrühe
1 Chilischote
1 TL italienische Kräuter
1 TL Chiliflocken
Salz, Pfeffer aus der Mühle

1. Zwiebel würfeln. Lauch putzen, längs teilen und in feine Streifen schneiden. Karotten schälen und in Scheiben schneiden. Von der Knoblauchknolle am Wurzelende eine Scheibe abschneiden und wegwerfen. Geschälte Tomaten abgießen und grob zerteilen.

2. Zwiebeln und Lauch in einer Mischung aus Butter und Olivenöl farblos anschwitzen. Knoblauchknolle, mit der Schnittseite nach unten, Karottenscheiben und Tomatenmark zugeben, weiter andünsten.

3. Mit der Gemüsebrühe und den gehackten

Tomaten aufgießen. Lorbeerblätter, Chilischote, Oliven und Kapern sowie die fein gehackte Petersilie zugeben. Etwa eine Stunde auf milder Hitze köcheln lassen. Nach Bedarf Wasser zugießen.

4. Nach einer halben Stunde die Gewürze und die zerteilten, geschälten Tomaten zugeben.

5. Vor der Verwendung Knoblauchknolle, Lorbeerblätter und Chilischote wieder entfernen.

Hinweise:

Sauce Livornese passt zu Nudeln, aber auch zu gebratenem Fisch. Ein besonderer Genuss sind Muscheln mit Sauce Livornese.

Schlagworte:

mittel, Zubereitung ca. 20 min, Gesamtzeit ca. 80 min, Grundrezepte, warme Saucen, vegetarisch, italienisch

Rezept und Foto: Walter Stand 19.01.2023