

## EXTRATO DE TOMATE FIT

### INGREDIENTES

10 tomates grandes sem pele e sem semente

2 dentes de alho

15 folhinhas manjericão

1 colher (sopa) azeite

pimenta-do-reino a gosto

pimenta caiena a gosto

1 colher rasa de sal rosa ou sal marinho

### MODO DE PREPARO

Corte os tomates ao meio, retire as sementes.

Coloque os tomates cortados em uma panela com água e ferva até toda a pele do tomate enrugar.

Com os tomates ainda quente, retire toda a pele.

Bata no liquidificador durante 4 minutos os tomates, dentes de alho e as folhas de manjericão.

Em uma panela em fogo baixo, coloque o azeite, despeje o tomate já triturado na panela. Acrescente sal e as pimentas.

Deixe ferver e mexa de vez em quando.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/24118-extrato-de-tomate-fit.html>