




COMPOTÉE DE TOMATES

Compotée de tomates au céleri, avec garniture aromatique (oignons, ail), cuit dans bouillon de légumes. Accompagne le riz ou autre féculent, diffère de la sauce tomate par sa texture consistante.

4-5 tomates
3-4 branches céleri
2 oignons
4 gousses ail
3-4 càs huile d'olive
bouillon cube aux légumes

1 càc câpres
1 càs basilic
aromates
Sel - poivre



 15 minutes
 20 minutes
 3-4 portions



1. Tremper les légumes dans de leau vinaigrée quelques minutes ; pendant ce temps ciseler l'oignon et l'ail, puis faire suer le tout dans un fond d'huile d'olive



2. Tailler le céleri les feuilles et les branches séparés



3. Ajouter les branches coupées en dés (assiette de gauche) aux oignons-ail sur le feu et laisser cuire 5 minutes, du temps tailler les tomates et les ajouter aussi sur le feu.



4. Lorsque le jus des tomates s'est évaporé, mouiller avec un verre de bouillon ou d'eau, et ajouter les feuilles fraîches de céleri .



5. Saler, poivrer, et ajouter une cuillère à café de câpres (facultatif). Puis laisser mijoter 15 minutes environ



6. La compotée est prête !



7. A déguster en accompagnement légumier avec du riz complet. J'ai pris le riz cuit dans du bouillon de légumes, que j'ai déjà utilisé partiellement dans d'autres plats.



8. On peut présenter de différentes façons, mélangé, moulé-cerclé, juste posé dessus. J'ai choisi le plus simple. La quantité présentée correspond à 3-4 assiettes selon la taille (idéal pour midi et soir)