



Salsa brava casera y fácil

Receta para 1 bol

Información nutricional para 1 bol (total)			
Tipo	Cantidad	Rec. diaria	Porcentaje
Calorias	55.7kcal	2300kcal	2%
Grasas	0.1055g	65g	0%
Proteínas	0.5g	550g	0%
Carbohidratos	13.532g	135g	10%



*Todos los datos mostrados a continuación hacen referencia a valores aproximados e informativos, las cantidades mostradas son genéricas y pueden variar para cada persona, en caso de dudas contacte con su médico o nutricionista.

Ingredientes:

- 2 unidades Tomate natural
- 1 unidad Cebolla
- 2 cdtas Azúcar
- 1 cdta Colorante alimentario
- 1 cdta Pimentón dulce
- 1 unidad Guindilla cayena
- 1 unidad Diente de ajo
- 1 cdta Sal
- Aceite de oliva virgen extra
- 1 chorrito Vinagre

Paso a paso:

1.

Para comenzar con la receta, cortamos la cebolla en trocitos pequeños. Después, picamos un ajo también en trocitos pequeños.

2.

Cogemos los tomates naturales y los rallamos. La medida de los tomates tiene que ser mediana o grande, evitar que sean pequeñitos. Hay que extraer el máximo de jugo de ellos. Reservamos.

3.

Preparamos una sartén con aceite de oliva virgen extra, y a fuego medio, pochamos la cebolla junto al ajo picados.

4.

Añadimos a la sartén el pimentón dulce o, si queremos, pimentón picante. Después incorporamos la guindilla Cayena entera, sin cortar.

5.

Incorporamos a la sartén el tomate rallado anteriormente, junto a 2 cucharaditas de azúcar, 1 cucharadita de sal y 1 cucharadita de colorante alimentario.

6.

Dejamos cocinar el tomate durante unos 7-10 minutos, hasta que esté frito. Mantenemos el fuego a temperatura media.

7.

Cuando esté listo, importante quitarle la guindilla Cayena. Si la dejamos y la trituramos, la salsa picará muchísimo. Pero esto va a gusto de cada uno.

8.

Pasamos la salsa al vaso de la batidora e incorporamos un chorrito de vinagre. Trituramos con la batidora de mano hasta que quede todo bien integrado.

9.

Servimos junto a unas patatas bravas, ¡y listo! ¡Qué aproveche!