

SAUCE TOMATE MAISON RÔTIE AU FOUR



Née sous le soleil de la Méditerranée, la sauce tomate rôtie au four est un concentré de simplicité et de saveur. Inspirée des traditions italiennes, elle met à l'honneur la tomate mûre, lentement caramélisée au four avec l'huile d'olive, l'ail et les herbes aromatiques. Cette cuisson douce révèle toute la richesse du fruit, offrant une sauce à la fois fondante, parfumée et légèrement sucrée, parfaite pour napper des pâtes, garnir une pizza ou accompagner des légumes grillés.

Infos

- **Temps de préparation:** 15 mins
- **Temps de cuisson:** 45 mins
- **Portions:** 5

Ingredients

- 1,5 kg de tomates bien mûres (roma, cerise, cocktail ou cœur de bœuf)
- 1 oignon jaune moyen, coupé en quartiers
- 4 à 5 gousses d'ail entières, non pelées
- 3 c. à soupe d'huile d'olive vierge extra
- 1 c. à café de sel marin
- Poivre noir fraîchement moulu
- 1 c. à café de sucre (facultatif, pour adoucir l'acidité des tomates)
- 2 à 3 branches de thym, ou 1 c. à café d'herbes de Provence
- Optionnel : quelques feuilles de basilic frais, un peu d'origan, ou une pincée de piment rouge

Préparation

Etape 1

Commence par préchauffer ton four à 200°C (chaleur tournante). Pendant ce temps, lave soigneusement les tomates et coupe-les en deux si elles sont grosses (les petites tomates cerises peuvent rester entières). Épluche l'oignon, coupe-le en quartiers grossiers, puis dispose-le sur une grande plaque de cuisson recouverte de papier sulfurisé. Ajoute également les gousses d'ail non pelées — leur peau va les protéger pendant la cuisson, et l'intérieur deviendra doux et sucré.

Etape 2

Verse l'huile d'olive en filet généreux sur tous les légumes. Saupoudre de sel, poivre et ajoute les herbes aromatiques (thym, origan, basilic...). Si tes tomates sont un peu acides, ajoute une petite cuillère de sucre. Mélange bien à la main ou avec une spatule pour que chaque morceau soit légèrement enrobé d'huile et d'assaisonnement — c'est ce qui permettra aux légumes de rôtir uniformément et de développer tout leur goût.

Etape 3

Enfourne la plaque au centre du four et laisse cuire environ 45 à 55 minutes. Pendant la cuisson, les tomates vont se ramollir, libérer leur jus, puis commencer à légèrement caraméliser sur les bords. Les oignons vont devenir tendres et dorés, tandis que l'ail, encore dans sa peau, va se transformer en une purée douce et parfumée. Tu peux mélanger une ou deux fois en cours de route pour que la cuisson soit bien homogène.

Etape 4

Quand tout est bien rôti et parfumé, sors la plaque du four et laisse tiédir une dizaine de minutes. Presse ensuite les gousses d'ail pour en extraire la pulpe crémeuse, et transfère l'ensemble (tomates, oignons, ail et tout le jus de cuisson) dans un blender ou un mixeur plongeant. Mixes jusqu'à obtenir une texture lisse et onctueuse — ou garde-la un peu plus rustique si tu préfères une sauce avec des morceaux.

Etape 5

Goûte ta sauce : ajoute un peu de sel, poivre, ou une touche d'huile d'olive crue pour plus de rondeur. Si elle est trop épaisse, tu peux ajouter quelques cuillères d'eau chaude ou de bouillon pour l'assouplir. Pour une note italienne authentique, ajoute quelques feuilles de basilic frais au moment de servir.