

Sauce tomate, poivron et oignon rouge rôtis



🍴 5 portions · ⌚ prep. 10m · 🕒 cuisson 45m

🍷 sulfites

Sauce onctueuse et profonde de tomates, poivrons rouges et oignons rouges rôtis ensemble au four puis mixés, avec ail en chemise et finition au vinaigre de xérès. Classique moderne de home cooking (Ottolenghi, Jamie Oliver, NYT Cooking) dont les ancêtres sont le romesco catalan et la peperonata italienne. Naturellement crémeuse grâce à la pectine des poivrons, sans crème ni beurre. Excellente sur pâtes, gnocchi, œufs, poisson grillé, ou en base de shakshuka.

Italie

INGRÉDIENTS

☐ tomates, grappes ou Roma bien mûres	500 g	☐ gros sel	1 càc
☐ poivrons rouges	2	☐ thym frais, ou origan séché à défaut	4 branches
☐ oignons rouges	2	☐ vinaigre de xerez, ou vinaigre de vin rouge à défaut	1 càs
☐ gousses d ail, entières, en chemise, juste écrasées d'un coup plat de couteau	6	☐ parmesan rape	
☐ huile d olive, vierge extra	5 càs		

PRÉPARATION

— Préparation et rôtissage —

1. Couper les *tomates* en deux dans le sens de la longueur.
2. Épépiner les *poivrons rouges* et les couper en gros morceaux (4-6 par poivron).
3. Peler et couper les *oignons rouges* en quartiers, en gardant la base intacte pour qu'ils tiennent à la cuisson.
4. Déposer tous les légumes sur une *grande plaque de four* tapissée de papier sulfurisé, faces coupées vers le haut pour les tomates. Ajouter les *gousses d ail*.
5. Arroser généreusement d'*huile d olive*, saler au *gros sel*, poivrer, et parsemer de *thym frais*.
6. Enfourner à 200°C pendant 45 minutes. Les tomates doivent être effondrées et légèrement caramélisées sur les bords, les poivrons noircis par endroits et fondants, les oignons dorés et sucrés.

— Repos et pelage —

7. Sortir la plaque, la couvrir immédiatement d'une *assiette* ou d'un torchon propre pendant 10 minutes — la vapeur emprisonnée décolle les peaux des poivrons.

8. Retirer les peaux noircies des poivrons (elles partent en tirant, laisser les petits morceaux qui restent — ils fondent au mixage).
9. Presser les gousses d'ail hors de leur chemise directement dans le contenu de la plaque (la pulpe sort comme une pâte).
10. Retirer les branches de thym (les feuilles sont tombées).

— Mixage —

11. Transférer tout le contenu de la plaque dans le *blender* avec les jus rendus (précieux, ne rien perdre). Mixer *30 secondes* jusqu'à obtenir une sauce lisse et brillante.
12. Ajouter le *vinaigre de xerez* et mixer encore 5 secondes. Le vinaigre réveille l'ensemble et coupe le sucré des oignons et des tomates rôties.
13. Goûter et rectifier en sel, poivre et vinaigre — la sauce doit être charnue, sucrée-acidulée, avec une pointe fumée du rôti des poivrons.

— Service et conservation —

14. Sur des pâtes : ajouter à des penne, rigatoni ou orecchiette al dente avec un peu d'eau de cuisson, du basilic ciselé et du *parmesan rape* au service.
15. Sur des œufs : verser dans une poêle, y casser 2-4 œufs, couvrir 5 min à feu doux — shakshuka minute.
16. En accompagnement : sur un poisson grillé, un poulet rôti, des légumes vapeur, une burrata.
17. Se conserve 5 jours au *réfrigérateur* dans un bocal, ou 3 mois au congélateur (portions à glaçons puis sachet).

*Origine : classique moderne de home cooking popularisé dans les années 2000-2010 par Yotam Ottolenghi (*Simple*, *Flavour*), Jamie Oliver (série sheet-pan), NYT Cooking (période Alison Roman). Ancêtres traditionnels : le romesco catalan (tomates + poivrons + ail rôtis + amandes + pain), la peperonata italienne (mêmes légumes mais mijotés lentement), le sofrito espagnol. Ce qui la distingue : le rôtissage donne une caramélisation Maillard sur les trois légumes que le mijotage n'atteint jamais.*

Rôle des peaux de poivrons : elles doivent être noircies par endroits (pas complètement carbonisées non plus). Le noircissement facilite le pelage après repos sous cloche et apporte une note fumée qui rappelle le paprika fumé. Ne pas hésiter à monter à 220°C sur les 10 dernières minutes si les poivrons ne noircissent pas.

Ail en chemise et non pelé : la chemise protège l'ail du dessèchement au four (l'ail pelé cuit trop vite et devient amer). L'ail confit à l'intérieur devient doux et sucré, comme un ail rôti entier. Une fois pressé, il fond dans la sauce.

Onctuosité naturelle : la pectine libérée par les poivrons et la peau des tomates, plus l'amidon de l'oignon et l'huile émulsionnée par le mixage, donnent une texture crémeuse sans crème ni beurre. C'est exactement le principe du romesco.

Variante fumée poussée : remplacer 1 poivron rouge frais par 2 poivrons piquillos en bocal (déjà fumés), ajouter 0,5 càc de pimentón de la Vera fumé au moment du mixage.

Variante enrichie façon romesco : ajouter 30 g d'amandes torréfiées et 1 tranche de pain grillé (ou 2 càs de chapelure) au moment du mixage. La sauce devient plus épaisse, plus rustique, parfaite en dip ou avec des légumes grillés.

Variante pimentée façon arrabbiata : ajouter 1 piment rouge frais entier (ou 2 piments d'oiseau) sur la plaque avec les autres légumes. Rôti puis mixé, il diffuse la chaleur sans dominer.

resilience