

Molho Pomodoro com extrato de tomate



Ingredientes	EMEF (para 100 alunos)	
	Qtde.	Medida Caseira
Cebola	300g	4 unds. pequena
Alho	100g	30 dentes
Salsa	100g	2/3 maço pequeno
Óleo	100mL	1/2 caneca
Sal	50g	5 colher de sopa rasa
Tomate (opcional)	2 kg	-
Extrato de Tomate	2,5kg	-
Água	4 litros	-

Modo de Preparo:

- Higienizar a cebola, o alho, a salsa e o tomate.
- Descascar e picar a cebola e o alho e picar a salsa e o tomate.
- Em uma panela com o óleo, refogar a cebola e o alho.
- Adicionar o extrato de tomate, o tomate, a água e o sal e deixar cozinhar por aproximadamente 30 minutos ou até que fique na consistência desejada.
- Acrescentar a salsa.
- Porcionar e servir.

Obs: 1) A adição de tomate *in natura* é opcional. Ela agrega pedacinhos de tomate à receita e consistência.

2) Pode-se adicionar legumes picados, outros temperos naturais (cebolinha, manjericão, etc.) e até usar de base para fazer com carne bovina, suína, frango e peixe.

Faixa etária	Per capita extrato	Porcionamento
EMEI	20g	40g
EMEF, CIEJA, EMEBS, SME CONVÊNIO (COM R1)	25g	50g

Obs: Para cada 1 kg de extrato, utilizou-se aproximadamente 1,5 litro de água e 800gde tomate.