

Basic Tomato Sauce

INGREDIENTS

- 1 medium onion – diced
- 1 clove garlic – crushed
- 1 pepper (any colour) - chopped
- 1 x 400g can tomatoes
- 400ml water
- 2 teaspoons tomato puree
- black pepper
- 1 teaspoon mixed herbs
- ½ teaspoon dried parsley and smoked paprika
- ½ teaspoon chilli flakes (optional)



EQUIPMENT

- chopping board, sharp knife, saucepan, wooden spoon, can opener, tablespoon, teaspoon

METHOD

1. Prepare the vegetables.
2. Put the vegetables in the pan and canned tomatoes, water. tomato puree, black pepper, herbs, paprika and chilli (if using).
3. Place the pan on the hob and bring to the boil. Then reduce the heat and simmer for 20-25 minutes until the vegetables and the sauce has thickened slightly.
4. Serve on its own with some homemade tortilla chips or with some pasta to make a Tomato Pasta Bake. It is also a great base for a Bolognese or meatball sauce.

ALLERGY AWARENESS!

This recipe contains no known allergens.



Saws Tomato Sylfaenol

CYNHWYSION (digon i 4)

- 1 winwsyn canolig - wedi'i dorri'n fân
- 1 ewin o arleg - wedi'i falu
- 1 pupur (unrhyw liw) - wedi'i dorri
- 1 x 400g tun tomatos
- 400ml dwr
- 2 llwy de piwrî tomato
- pupur du
- 1 llwy de perlysiâu cymysg
- ½ llwy de o bersli sych a phaprica mwg
- ½ llwy de o ddarnau chilli (dewisiol)



OFFER

bwrdd torri, cylllell finiog, sosban,
llwy bren, agorwr tuniau
llwy fwrdd, llwy de, cymysgydd llaw

DULL

1. Paratowch y llysiâu.
2. Rhwch y llysiâu yn y sosban ac ychwanegwch y tomatos, y dwr, y piwri tomato, pupur du, y perlysiâu, y paprica a'r chilli os yn ei ddefnyddio.
3. Rhwch y sosban ar yr hob a gadewch iddo ddod i'r berw. Gostyngwch y gwres a mud-ferwch am 20-25 munud nes bod y llysiâu a'r saws wedi tewhau ychydig.
4. Gweinwch ar ben ei hun gyda ychydig sglodion tortilla cartref new gyda pasta i wneud pasta tomato pob. Mae hefyd yn gwneud sylfaen da i saws Bolognese new beli cig.

YMWYBYDDIAETH ALERGEDD!

Nid ywy rysait hyn yn cynnwys unrhyw alergenau hysbys

