



# COULIS DE TOMATES, QUELLE PASSION!

**#STR  
APAS  
SATA**

CAMPIONATO TRE SPADE  
PASSATA DI POMODORO



**COULIS DE TOMATES,  
QUELLE PASSION!**

**#STR  
APAS  
SATA**

CAMPIONATO **TRE SPADE**  
PASSATA DI POMODORO

## **STRAPASSATA: la tomate, hier et aujourd'hui**

Connu dans le monde entier pour sa couleur, son parfum et son goût délicieux, le coulis de tomates porte en Italie de multiples noms comme passata, salsa, pummarola, conserva, selsa ed pomdòr, chenzèrve, etc. Quel que soit son nom, le coulis de tomates incarne toujours un moment de partage, une tradition, un rituel, une fête gourmande aux mille couleurs, une occasion de célébrer le régime méditerranéen et un retour aux choses simples et savoureuses. Strapassata est le championnat organisé par Tre Spade pour célébrer la cuisine italienne et le coulis de tomates, une initiative originale consacrée à cette ancienne coutume toujours d'actualité, qui se renouvelle chaque année, en rapprochant tradition et modernité, rituels et créativité et qui s'adresse aux familles, amis et voisins de toutes les générations. Strapassata a recueilli des histoires et des recettes de coulis de tomates, nées de la plume d'amateurs de bonne chère et de convivialité, et vingt d'entre elles ont été sélectionnées dans ce livre. Un recueil exclusif dont le but est de transmettre le plaisir qu'éprouvent les Italiens à servir à table le coulis de tomates légendaire à la saveur authentique. Préparer le coulis de tomates est un geste d'amour envers soi et les autres, un rituel qui relie le passé à l'avenir, au cours duquel la vie quotidienne et le plaisir de cuisiner se mêlent à nos souvenirs, qui refont surface sous forme de délicieuses recettes et d'histoires mémorables.

Fondée en 1894 dans la campagne du Canavese, dans la province de Turin, Tre Spade est la marque de référence des amateurs et des professionnels du goût, auxquels elle offre des appareils pour la transformation et la conservation des aliments, synonymes depuis toujours de précision, de qualité et de créativité.

## L'ANCIENNE FORMULE D'UN RITE QUI N'A JAMAIS DISPARU

L'été est fini, concentré dans les gestes, les parfums et les couleurs. Soleil, eau, dévouement et l'ancienne formule d'un rite qui se répète et qui a la saveur d'un temps suspendu et tout en rondeur. L'intrigue est loin d'être mince et ce que l'on voit n'est qu'un aperçu de ce qui nous attend dans la vie. Nous et ceux dont nous avons hérité la passion, nos parents et nos ancêtres qui sourient maintenant quelque part, en nous regardant faire. Nous repiquons les plants au printemps, nous les regardons pousser au cours des mois suivants et transformons leurs fruits vers la fin du mois d'août, afin d'avoir du soleil dans nos assiettes même en hiver. Quand nous les plantons dans les sillons friables, l'été et ses festivités ne sont encore qu'une promesse. L'entretien tourne principalement autour de l'arrosage, de la confiance et du temps. Quand vient le moment de la récolte, l'heure est aux préparatifs, aux souvenirs mêlés de babillages, aux verres qui s'entrechoquent dans les cuves, au bois prêt à brûler sous les chaudrons. La recette est facile. Nous laissons les tomates choisies, lavées, coupées et partiellement épépinées se dessécher dans le chaudron sans eau, en veillant à ce qu'elles ne brûlent pas et en remuant rapidement. Nous les pressons jusqu'à obtenir un nectar dense, nous ajoutons du sel et remplissons les bocaux, que nous pasteurisons à haute ébullition pendant une heure et demie. Lorsque les bocaux ont refroidi, généralement après une journée, nous les rangeons dans le cellier. Deux ingrédients seulement, mais irremplaçables, si l'on considère le cœur comme un bocal qui se remplit et l'amour comme un feu à allumer.

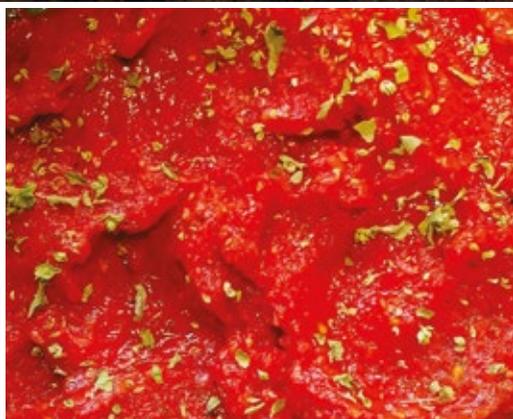
Margherita Caserta, Forino (Avellino)



## UN COULIS DE TOMATES FUMÉ

“Tout ce que la nature a de grand, tout ce qu'elle a d'aimable, tout ce qu'elle a de terrible, peut se comparer à l'Etna, et l'Etna ne peut se comparer à rien”: telle est la description passionnée du plus haut volcan actif d'Europe, née de la plume de Dominique Vivant Denon lors de sa visite en 1778, qui dans son ouvrage condense le volcan, la mythologie, la géologie, l'histoire et ses habitants. Au fil des siècles, l'Etna, avec ses éruptions, ses paroxysmes comme ceux que nous connaissons ces jours-ci, son sable et ses lapilli, a créé un sol extrêmement fertile où les plantes spontanées et cultivées ont facilement pris racine et continuent de pousser en abondance; les émissions de gaz, les vapeurs et les microparticules de métaux qui se déposent sur le sol contribuent elles aussi à la richesse de cette terre. Les habitants de l'Etna travaillent dur, surtout ceux qui vivent dans les villages situés sur ses pentes: presque chaque maison possède un petit potager qui produit une variété infinie de légumes et de fruits. Ma famille aussi en possède un. Et quand vient l'été, nous assistons à une explosion de couleurs et de senteurs. Origan, basilic, persil, thym, menthe. Mais aussi aubergines, poivrons, courgettes, oignons et tomates. Eh oui, des tomates! De nombreuses familles perpétuent la tradition des conserves de tomates: les tomates séchées, “l'astrattu” un coulis de tomates concentré séché au soleil de Sicile et, pour finir, les conserves pour toute l'année, scellées dans des bocaux en verre stérilisés dans de l'eau bouillante pendant au moins 40 minutes. Autrefois, plusieurs familles se réunissaient et préparaient les conserves y compris à l'extérieur, dans les ruelles peu fréquentées par les voitures autour des habitations. Aujourd'hui encore, ce rituel est presque sacré. Lorsque les tomates mûrissent, la famille s'arrête pendant au moins une journée et tout le monde participe à la préparation des conserves ; désormais, comme nous disposons de presse-tomates électriques et de grands réchauds

à gaz, il suffit d'une seule journée de dur labeur pour préparer les provisions pour l'année. Bien entendu, ma famille aussi a préparé des conserves traditionnelles: coulis de tomates, tomates en morceaux et tomates pelées. Aujourd'hui, en fin d'après-midi, nous avons rempli d'eau la marmite avec les bocaux prêts et nous avons allumé le feu. En attendant que l'eau commence à bouillir dans la marmite, nous nous sommes mis à nettoyer les ustensiles et à préparer un dîner rapide. Soudain, alors que nous étions en pleins préparatifs, nous avons entendu un grondement. Chez nous, un grondement ne signifie qu'une chose: “scassau a muntagna”, autrement dit “l'Etna a explosé”. Il convient de préciser que l'Etna, également appelé “Mongibello” est le seul volcan à porter un nom féminin en italien. Ce nom vient de l'union de deux appellations: l'appellation latine “mons” et l'appellation arabe “djebel”, ce qui revient à dire “montagne-montagne”, la “montagne des montagnes”. En dialecte, nous l'appelons “a Muntagna”, c'est-à-dire la “montagne par excellence”. Les grondements, suivis par l'émission de lapilli et de lave, les fumées et les vapeurs qui ont accompagné l'éruption et le feu du brasero, qui devait servir à griller des légumes et quelques côtelettes, nous ont donné l'idée de préparer un coulis de tomates différent: un coulis de tomates fumé. Sitôt dit sitôt fait, du reste, avoir un fils agronome est très utile dans ces cas-là! Nous avons déjà allumé le charbon à base de coques d'amandes, qui dégageait donc un parfum tout à la fois fort et délicat ; nous avons ensuite placé nos tomates sur les grils par ordre de grandeur: d'une part, la “riccio catanese”, la “ronde à peau lisse” et quelques “siccagno” de Valledolmo et, de l'autre, la “tomate cerise” et la “tomate datterino” que notre agronome avait rapportées quelques jours plus tôt à l'occasion d'inspections dans la province de Raguse, une région réputée pour ces produits. Nous avons saupoudré abondamment les tomates d'origan, de thym, de basilic, d'oignon rouge coupé en dés, de quelques grains de sel complet, puis nous avons mis le



tout sur le feu, en prenant soin de couvrir avec un couvercle pour que la fumée n'imprègne pas que la peau, mais aussi l'intérieur des tomates. Pour qu'il reste des tomates pour la salade, nous nous sommes arrêtés après cinq grillades. Nous avons remonté le presse-tomates électrique, que nous avons déjà lavé et séché, et avons donné le coup d'envoi au coulis de tomates fumé. La fumée de l'Etna, qui du cratère sud-est arrivait jusque chez nous, confluaient, se mêlait et se confondait avec la fumée du charbon de coques d'amandes et enveloppait dans une étreinte ardente les tomates sur le gril. Nous avons retiré certaines peaux complètement carbonisées et laissé celles séchées, mais pas entièrement brûlées, puis nous avons versé les tomates, avec les aromates et l'oignon mis précédemment, dans l'entonnoir du presse-tomates. Un délice pour les narines! Le coulis de tomates qui sortait lentement, presque comme une cascade de lave incandescente, dégageait toutes les senteurs des tomates et des fines herbes que nous avons mises, ainsi qu'une odeur de fumée intense mais agréable. Comment s'est terminée la soirée? Nous avons allumé d'autres charbons, rôti les côtelettes mises de côté, en les assaisonnant bien entendu avec un peu de coulis de tomates fraîchement préparé et un "généreux" filet d'huile d'olive vierge extra de l'Etna, et nous avons fait descendre le tout avec quelques verres de bon rouge AOP de l'Etna. Peut-être le même avec lequel Ulysse a trompé Polyphème? Qui sait! Et le reste de notre précieux coulis de tomates? Après avoir agrémenté une bonne partie de notre coulis avec une généreuse dose d'origan, nous l'avons mis en bocaux; nous le ferons bouillir demain matin, pas maintenant, trop de vapeurs se sont mélangées dans nos esprits! Et "idda", c'est-à-dire elle, l'Etna, continue de gronder et d'éclairer cette nuit de fin d'été.

Luciano Signorello, Belpasso (Catania)

## LE COULIS DE TOMATES DES BATTISTA

Nos tomates viennent tout droit du potager de grand-père Gigi. Quand elles arrivent chez nous, elles sont placées dans de grandes bassines et lavées soigneusement par toute la famille ; puis commence la coupe au milieu des bavardages. Les parties abîmées sont mises de côté et jetées. Les tomates sont mises dans de grandes marmites et la cuisson commence. Il faut qu'elles cuisent bien. Lorsqu'elles sont cuites, le basilic est séché, puis mis dans les bocaux. Ensuite, l'appareil est monté, les tomates sont glissées dedans et la peau est séparée de la pulpe. Les peaux tombent d'un côté et la pulpe de l'autre. Un robinet créé par grand-père permet de remplir les bouteilles et les bocaux. Une fois remplis, les bouteilles et les bocaux sont fermés et empilés allongés, en intercalant des torchons. La marmite est remplie d'eau pour créer le vide d'air et laisser cuire pendant environ 40 minutes. Nous avons fait des pâtes maison et avons préparé la sauce bolognaise avec notre coulis de tomates et... bon appétit!

Michele Battista, Nichelino (Torino)



## LA MAGIE DE LA PAILLE

Chez nous, la préparation du coulis de tomates est un rituel qui commence à la mi-avril, lorsque Franco, comme tous les ans depuis près de trente ans, se rend chez Natale, au pied du Vesuvio, pour acheter des plants de tomates. À son retour, il les repique et les “cajole” jusqu’au moment de la récolte. En attendant le grand jour, les tomates mûrissent sur un lit de paille. Elles sont ensuite triées, lavées et mises à cuire dans une grande marmite d’eau bouillante. Après avoir pressé deux fois les tomates, le coulis est mis en bouteille. Une fois que les bouteilles sont bien fermées, elles sont mises à bouillir pendant environ une heure. Bien entendu, toute la famille participe, des grands-parents aux parents en passant par les tantes, les oncles et les petits-enfants. Une équipe formidable pour un coulis de tomates résolument savoureux, synonyme d’amour, de tradition, de travail et de fête.

Rosa Rocchio, Capua (Caserta)



## UN RITUEL SAVOUREUX

Pour celles et ceux qui vivent ou ont vécu à la campagne, il s’agit d’un rituel lié à des souvenirs inoubliables qui se répète chaque année en été. Enfant, on me chargeait de mettre les feuilles de basilic dans les bouteilles ou les bocaux en verre, pour ce qui est du reste, je devais me contenter de regarder. En grandissant, mon “rôle” a évolué, mais l’envie de participer a disparu, ne serait-ce que parce qu’il fallait se lever à l’aube, car en été à la campagne, toutes les activités se font “quand il fait frais”. Voici comment procéder. La veille, laver soigneusement les bouteilles et les bocaux en verre (les stériliser de préférence dans l’eau). À l’aube du jour fixé, glisser une feuille de basilic dans chaque bouteille et chaque bocal. Remplir éventuellement les bocaux à moitié de tomates cerises de Pachino. En parallèle, blanchir les tomates et, dès qu’elles sont prêtes, les mettre à égoutter dans des plateaux en bois ou dans des caisses en plastique ajourées. Ensuite, faire passer les tomates blanchies dans l’appareil pour séparer la pulpe de la peau et des graines. C’est la partie la plus rigolote, je trouve, mais c’est aussi celle où l’on se salit le plus à cause des éclaboussures qui giclent partout. À l’aide d’entonnoirs et de louches, verser la sauce tomate (à saler selon les goûts) dans les bouteilles et les bocaux propres et mettre les couvercles. Placer ensuite les bocaux et les bouteilles dans une grande marmite remplie d’eau et laisser bouillir pendant au moins trois heures. Pour éviter que les bocaux ne se cassent lors de l’ébullition prolongée, placer éventuellement de vieux journaux entre les différentes couches.

Maria Rosaria Romano, Casoria (Napoli)

## UN SOUVENIR D'ÉTÉ

Originnaire des Pouilles, je vis à Parme depuis des années, mais chaque été, de retour dans ma région, je prépare les “provisions pour l’hiver” avec ma famille, autrement dit la sauce tomate. La recette de ma famille est très facile à faire et ne nécessite que peu d’ingrédients, mais tout le monde doit s’y mettre. Tout d’abord, choisir avec soin, équeuter et laver les tomates, puis faire une entaille en croix sur le dessus. Pendant ce temps, faire bouillir l’eau dans les marmites. Verser les tomates et les laisser cuire quelques minutes jusqu’à ce qu’elles remontent à la surface. Les égoutter à l’aide d’une passoire, puis les faire sécher dans des paniers en osier recouverts d’un torchon propre ou sur un plan incliné pour qu’elles perdent leur liquide. À ce stade, presser les tomates pour extraire la sauce et remplir les bocaux en verre (tous différents, bien sûr) préalablement stérilisés. Après avoir fermé les bocaux, les placer dans les marmites et les faire bouillir en prenant soin d’intercaler des torchons pour créer une épaisseur et éviter qu’ils ne se cassent. Les laisser bouillir pendant au moins 30-40 minutes, puis les sortir une fois que l’eau a lentement refroidi. Répartir les bocaux entre les membres de la famille et assaisonner la sauce tomate uniquement lors de son utilisation. Son parfum unique rappelle l’amour familial et tous les souvenirs des étés passés ensemble.

Noemi Pellegrini, Parma





## **COULIS ET CONCENTRÉ DE TOMATES, LE TRÉSOR DES MAÎTRESSES DE MAISON .**

Enfant, il fallait tout conserver soigneusement et ne rien jeter. L'hiver était long et en été il fallait travailler dur pour avoir le plus de provisions possible. Les tomates mûrissaient sur les plants, puis étaient lavées pour enlever toute trace de bouillie bordelaise, et enfin séchées. Souvent, pour ne pas avoir trop de résidus dans le presse-tomates, les tomates étaient pelées après avoir été blanchies. Lorsque le précieux coulis de tomates était prêt, on le mettait en bouteille et on en stérilisait une partie. Une autre partie importante était transvasée dans des sacs en coton, on recyclait même les vieux sacs de riz. Ensuite, ils étaient suspendus pour égoutter. On aurait dit qu'ils saignaient et que leur existence prenait fin contre les murs blancs pour donner naissance à une autre vie. Lorsque la consistance était devenue suffisamment ferme, on sortait le concentré de tomates du sac et on le versait dans une grande marmite en terre cuite placée sur la cuisinière pour une cuisson rapide et pour la stérilisation. Pour une bonne conservation de cette précieuse préparation, on ajoutait souvent quelques grammes d'acide salicylique acheté en pharmacie, comme un médicament, accompagné des instructions pour le dosage. Pour finir, tout était mis dans des bocaux et représentait le précieux trésor des maîtresses de maison.

Mariangela Bruno, Castellino Tanaro (Cuneo)

## TOMATES RIO BRASIL EN MORCEAUX

Depuis de nombreuses années, en juillet et en août, la tradition familiale veut que l'on prépare le coulis de tomates "à l'ancienne", en toute simplicité, en n'utilisant, en dehors des tomates, aucun autre arôme ou ingrédient.

D'avril à mai, nous repiquons des plants de tomates exclusivement réservés au coulis de tomates. Nous achetons des plants de tomates "Rio Brasil", car le fruit contient peu de graines et surtout très peu d'eau. Nous les cultivons d'une manière particulière: les plants sont repiqués en les espaçant d'environ 50 cm et le sol est recouvert d'un film en plastique noir pour que les tomates ne pourrissent pas au sol et pour limiter les mauvaises herbes. Les tuyaux d'arrosage goutte à goutte sont placés près des plants. Les plants sont surplombés d'un tuteur en tipi, réalisé avec des bambous et des filets en plastique, pour accompagner leur croissance. Cela permet aux plants de rester droits, aux tomates de ne pas s'entasser et, surtout, une récolte simple et propre, car les tomates ne sont pas en contact avec le sol humide. La récolte se fait au fur et à mesure, en fonction du degré de maturité des tomates. Après avoir été récoltées, les tomates sont lavées, coupées en morceaux et mises simplement dans le presse-tomates. Notre appareil est un "Tre Spade", que mon père a acheté il y a près de 40 ans. Toute la famille prend part à l'opération, des adultes aux enfants. Le coulis de tomates est ensuite versé dans des bocaux en verre, préalablement lavés et stérilisés au lave-vaisselle. Un feu de bois est préparé dans le jardin, sur lequel est placé un récipient en tôle (un vieux fût d'huile de deux cents litres) avec autour une protection pour abriter le feu du vent. Tous les bocaux de tomates sont placés à l'intérieur, immergés dans l'eau, après avoir pris soin de mettre de l'herbe au fond du récipient et des torchons en coton surplombés de



quelques briques sur les bocaux pour éviter qu'ils ne bougent lors de la phase d'ébullition, qui dure environ une heure. Grâce à cette vieille méthode, les temps sont considérablement réduits par rapport à l'utilisation de marmites sur un réchaud à gaz.

Après avoir refroidi (pendant la nuit), les bocaux en verre sont sortis du bidon et contrôlés un à un pour vérifier que le vide d'air s'est bien fait.

À la fin de l'opération, on a des bocaux en verre remplis de coulis de tomates pur (qui se présente comme une masse épaisse) et au fond 2-3 centimètres d'essence de tomate, un résidu du coulis. La quantité d'essence sur le fond dépend de la quantité d'eau initiale dans les tomates. L'essence est due au fait que nous ne faisons pas bouillir les tomates avant de les presser, car nous utilisons le peu de liquide qu'elles produisent pour préparer nos différentes sauces tomate.

Lorsque nous n'avons pas besoin de cette essence, nous l'aspirons à l'aide d'un petit tube en caoutchouc relié à une grosse seringue qui laisse le coulis de tomates intact.

Nous produisons environ 200 kilos de coulis de tomates que nous offrons à nos proches et à nos amis.

Les atouts de notre coulis de tomates sont:

1. La variété de tomate utilisée, à faible teneur en eau
2. La rapidité d'exécution
3. La simplicité du produit fini

À la fin, l'appétit est la meilleure sauce que l'on puisse avoir!

Maria Elena Del Ferro, Offagna (Ancona)

## ÉPIS DE MAÏS ET SAUCE TOMATE

J'ai 32 ans et depuis l'âge de 6 ans environ, donc pratiquement depuis toujours, je participe au rituel de la préparation de la sauce tomate. Je me souviens très bien qu'enfant, grand-mère Maria, en pole position près du grand chaudron en cuivre, commençait le "rituel" en blanchissant de grosses tomates en grappe, les "San Marzano", après les avoir soigneusement lavées et nettoyées ; puis, après un temps de cuisson court, les tomates étaient mises dans des cagettes recouvertes de tissus en coton à trame large pour faire écouler le surplus d'eau. Pendant ce temps, nous, les enfants, nous nous occupions de cueillir le basilic que nous déposions au fond de chaque bouteille, puis arrivait la phase la plus excitante de toutes: le broyage des tomates. À l'époque, je me souviens que grand-mère prenait place derrière un petit appareil en aluminium qui fonctionnait avec une manivelle actionnée uniquement par la force de ses bras... et ensuite, la magie: la marmite commençait à se remplir d'une sauce d'un rouge si brillant et si doux qu'on ne pouvait s'empêcher d'y goûter! Ma mère et ma tante remplissaient les bouteilles où nous avons mis le basilic et, après les avoir fermées et cachetées, elles les faisaient bouillir au bain-marie dans le jardin. On profitait alors du feu pour faire griller des poivrons et des épis de maïs! Quel délice ces épis grillés, roussis et brûlants! À chaque fois qu'une nouvelle bouteille sera ouverte, le parfum de la terre et de la tradition emplira longtemps l'espace. Ce souvenir, vous ne l'oublierez jamais et il vous fera ressentir un "coup au cœur", une émotion forte, comme quand les bouteilles, mal placées dans le bidon plein de "mante" (couvertures), explosaient. Un "malheur" pour grand-mère qui, comme d'habitude, l'interprétait comme un mauvais présage. Voilà ce que signifie pour moi préparer la sauce tomate.

Aujourd'hui encore, quand nous la préparons, je retombe en enfance et je me perds dans mes tendres souvenirs quand tout était simple et facile!

Valentina Langone, Satriano di Lucania (Potenza)



## UNA CERIMONIA CHE NON PASSA MAI DI MODA

Pour les familles d'agriculteurs napolitains, la préparation du coulis de tomates est un rituel. La pummarola (sauce tomate en napolitain) est sacrée, on la trouve dans presque tous les plats napolitains. Pour être honnête, ma famille n'est pas d'origine paysanne... au contraire! Mais j'ai eu la chance de vivre à la campagne, auprès d'une famille d'agriculteurs depuis des générations. C'est à leurs côtés que j'ai appris les vraies saveurs du terroir. Le coulis de tomates fait partie de ce bagage de souvenirs et d'émotions que j'emporte avec moi. Enfant, je me souviens de ces énormes bassines en métal remplies de bouteilles sombres, de la fraîcheur de la cave creusée dans la roche, du parfum du basilic.

### INGRÉDIENTS

des tomates bien lavées  
du sel  
du basilic

### PRÉPARATION

Couper les tomates en quartiers en ne retirant que les éventuelles traces de moisissure et parties brunes. Les faire cuire dans une marmite avec le basilic et une pincée de sel jusqu'à les faire suer et les laisser bouillir pendant 10 minutes maximum. Retirer les tomates à l'aide d'une écumoire en laissant l'eau de cuisson dans la marmite. Passer les tomates au presse-tomates. Passer les peaux une seconde fois, car il reste de la pulpe même après un premier passage. Verser le coulis de tomates dans des bocaux stérilisés jusqu'à quelques centimètres du bord, puis les fermer avec soin. Placer les bocaux dans une marmite d'eau froide et les faire bouillir pendant au moins 30 minutes pour créer le vide

d'air. S'ils sont trop proches les uns des autres, les séparer avec un torchon. Lorsque le temps est écoulé, les sortir rapidement de l'eau et les retourner pour créer le vide d'air. Les laisser refroidir pendant au moins 12 heures, puis les ranger dans un endroit frais. Quelques conseils: en tenant compte de la peau, de l'eau et des parties abîmées, le rendement des tomates est d'environ 50-55%. Vous pouvez donc calculer le nombre de bocaux qu'il vous faut! Parfois, les couvercles ne veulent rien savoir de créer le vide d'air. Il faut alors s'armer de patience et refaire bouillir les bocaux ou bien changer le couvercle. Avant la mise en bocaux, les bocaux doivent être stérilisés en les faisant bouillir pendant 30 minutes ou en les passant 3-4 minutes au micro-ondes à puissance maximale avec un peu d'eau. Quant aux couvercles, il faut les faire bouillir, car ils ne peuvent pas passer au micro-ondes. Pour un meilleur résultat, choisir des tomates juteuses. Pour que le coulis de tomates cuise plus vite, mieux vaut opter pour des marmites larges et basses plutôt que hautes. Jeter le moins possible, une tomate moelleuse est une bonne tomate! Ce coulis de tomates a été préparé avec ma famille et l'aide de ma bonne amie Manuela, qui a pris les photos. L'amitié, comme la *pummarola*, est une affaire de famille.

Jessica Di Fraia, Dozza (Bologna)



## FAIRE LE BON CHOIX

### INGRÉDIENTS

QS de tomates et de basilic

QS de sel fin

Pour préparer un coulis de tomates, le choix de la variété est essentiel. Dans mon village, nous avons une tomate très savoureuse, de forme oblongue, souvent cultivée près de la mer et arrosée avec de l'eau légèrement saumâtre. Cette tomate rend notre coulis particulièrement épais et savoureux. Après avoir sélectionné les meilleures tomates, les laver avec soin, les égoutter, puis faire une entaille verticale et les mettre dans une marmite pour la cuisson. Ensuite, ajouter une bonne dose de basilic et faire cuire à feu doux jusqu'à ce qu'elles suent, en les retournant de temps en temps pendant environ 30 minutes. Lorsque les tomates sont cuites, les égoutter dans de grandes passoire afin d'éliminer l'eau. À ce stade, presser les tomates à l'aide d'un presse-tomates électrique, ce qui vous facilitera grandement la tâche la plus difficile. Saler le coulis de tomates obtenu et le verser dans des bocaux en verre préalablement stérilisés. Après la mise en bocaux vient l'étape de la pasteurisation, qui vous permettra de conserver le produit plus longtemps. Prendre les bocaux, vérifier qu'ils sont bien fermés, les placer dans une marmite d'eau chaude et les laisser bouillir à petit feu pendant environ 40 minutes. Pour finir, égoutter les bocaux et les laisser refroidir. Vérifier que le vide d'air s'est bien fait et les ranger dans le cellier. Pour une utilisation à court terme, verser le coulis de tomates bien chaud, en le laissant éventuellement mijoter à feu très doux, dans les bocaux en verre, puis, après les avoir fermés, retourner les bocaux pendant environ 15 minutes pour créer le vide d'air. Vérifier que le vide d'air

s'est bien fait et conserver le coulis de tomates une dizaine de jours. Si possible, le conserver au réfrigérateur une fois que les bocaux ont refroidi. Un conseil? Faites participer les enfants, ce sera une expérience merveilleuse!

Catia Mossa, Mola di Bari (Bari)



## UN COULIS DE TOMATES DANS LES RÉGLÉS DE L'ART

J'ai toujours préparé le coulis de tomates comme ma mère. Tout d'abord, laver les tomates mûres, les couper en deux ou en quatre si elles sont grosses, puis les laisser égoutter. Ensuite, les mettre dans une marmite pour les faire cuire en remuant régulièrement pour qu'elles ne collent pas et ne brûlent pas. Entre-temps, laver les bouteilles (moi je les lave généralement la veille, car j'en prépare beaucoup) et les faire sécher et chauffer au soleil. À ce stade, presser les tomates cuites avec l'appareil prévu à cet effet (j'ai un modèle manuel). Après les avoir pressées, placer le coulis de tomates sur le feu et le laisser cuire encore quelques minutes, juste le temps de le faire réduire un peu, en veillant toujours à remuer régulièrement. Pour finir, ajouter les feuilles de basilic après les avoir lavées et séchées avec un torchon. Préparer un grand récipient doublé d'une couverture pour mettre les bouteilles de coulis de tomates. L'heure est maintenant venue de verser le coulis de tomates bouillant dans les bouteilles, si possible, chauffées par le soleil. Personnellement, j'ai un appareil pour mettre les capsules à pression, celles en métal, mais il est également possible d'utiliser des bouchons en plastique ou à vis, ce qui compte c'est qu'ils ferment bien. Au fur et à mesure que les bouteilles pleines sont disposées dans le récipient, les couvrir avec une couverture pour qu'elles restent au chaud. Pour finir, ajouter d'autres couvertures par-dessus et laisser reposer pendant quelques jours. Elles resteront chaudes pendant quatre ou cinq jours. Une fois qu'elles auront complètement refroidi, les ranger dans le cellier. J'ai du coulis de tomates de l'an dernier qui a encore le goût des tomates fraîches. Je le prépare en mettant un peu d'huile d'olive dans une casserole avec une gousse d'ail

entière (que j'enlève à la fin), je fais revenir, j'ajoute le coulis de tomates, une pincée de sel et dès que le coulis commence à bouillir, j'assaisonne mes pâtes. Bon appétit!

Lina La Russa, Militello in Val di Catania (Catania)



## UNE SAUCE TOMATE À PARTAGER, POUR NE PAS OUBLIER

Tout commençait ainsi: on semait les graines de l'année précédente dans le potager et on attendait avec impatience de les voir pousser. Je me souviens que mamie dirigeait les opérations. Ici, nous sommes dans les Marches, dans l'arrière-pays d'Ascoli Piceno, et je me souviens que grand-mère y mettait tout son cœur. Les plants étaient attachés avec des genêts cueillis dans les champs et ébourgeonnés pour recevoir plus de lumière, mais dans la limite du raisonnable! Les tomates couraient toujours le risque de cuire au soleil! Et bonjour les ennuis! Quand le moment était venu, on procédait à la cueillette des tomates que l'on déposait sur des toiles de jute où on les laissait mûrir encore quelques jours. Entre-temps, on préparait tout le nécessaire. On avait des bouteilles de bière, mises de côté au fil des ans, des bouteilles de lait en verre et de vieux bocaux de miel qui désormais auraient été remplis de tomates. On procédait à l'achat de nouveaux bouchons, on préparait l'appareil électrique fabriqué par mon oncle et la fête commençait. Puis arrivait le jour J. Les tomates étaient lavées dans un grand bac et égouttées. Pour la sauce tomate, elles étaient coupées en quartiers, équeutées et "désossées" puis légèrement pressées avant de passer directement dans l'appareil qui séparait la peau de la pulpe. Pour les tomates en morceaux, on les ébouillantait juste ce qu'il faut pour les peler, les écraser et les mettre en bocaux. Il fallait faire attention à ne pas laisser d'air! Ensuite, avec le manche d'une louche, on essayait de remplir ces espaces vides en faisant un mouvement de bas en haut, comme si on les poignardait, et on glissait toujours une feuille de basilic avec une petite branche de céleri "pour donner du goût", comme disait grand-mère. Les bouteilles de bière étaient ensuite remplies de sauce tomate,

bouchées avec l'appareil prévu à cet effet et entreposées en bas, près de la marmite, qu'entre-temps mon oncle ou mon père avait préparée pour créer le vide d'air dans les bocaux et les bouteilles. Bocaux et bouteilles étaient soigneusement placés dans ce bac en aluminium, couverts d'une toile de jute et recouverts d'eau. On allumait le feu, puis on les laissait bouillir. À la fin de l'opération, bocaux et bouteilles restaient là jusqu'au lendemain avant d'être stockés dans le grenier de la maison comme provisions pour l'année à venir. Tout ce "remue-ménage" était accompagné par la station de radio "Lattemiele" sur laquelle passait toujours une chanson que grand-mère fredonnait. Désormais, grand-mère nous a quittés, mais la tradition continue et mon père, mon oncle, ma mère et nous, les petits-enfants, avons pris sa place et procédons à sa manière. La seule différence, c'est que plus personne ne fredonne, mais le goût de la sauce tomate nous rappelle nos meilleurs souvenirs. Depuis que je vis dans le Latium, j'aide aussi ma belle-mère qui suit plus ou moins la même recette en fredonnant ou en racontant des blagues. Comme on dit: aide-toi et le ciel t'aidera! Bonne sauce tomate à tous!

Ilaria Mancini, Cittareale (Rieti)





## LE COULIS DE TOMATES DE LA FAMILLE GRAZIANI

### INGRÉDIENTS

2 kg de tomates poires typiques des Abruzzes, 2 carottes moyennes, 1 poireau de taille moyenne, 2 petits piments (ou "sajettini", pour les locaux), des feuilles de basilic.

J'ai récupéré la recette du coulis de tomates de la famille Graziani en remontant dans mes souvenirs d'adolescente. Fraîchement cueillies, les tomates poires étaient lavées, égouttées et équeutées, celles d'entre elles au format XXL étaient coupées en 2-3 morceaux. Tout de suite après les avoir placées sur une lèchefrite ou une plaque de cuisson, nous les mettions au four pour les faire suer. La tradition voulait que cela se fasse toujours au four à bois, car selon ma grand-mère maternelle, la "spécialiste du coulis de tomates", cela permet que les tomates restent plus charnues et plus tendres, mais aujourd'hui je les fais suer au four électrique. Venait ensuite l'étape rigolote qui consistait à faire passer les tomates (avec toute leur peau en raison des propriétés bénéfiques du lycopène) dans le presse-tomates "Tric Trac" en bois rouge à manivelle, appelé "Tric Trac" en raison du bruit unique qu'il faisait... Tout le monde voulait tourner la manivelle, habillé d'une superbe tenue: un tablier qui descendait jusqu'aux chevilles, les cheveux attachés et une casquette tactique vissée sur la tête. Venait ensuite l'heure de la mise en bouteille, le coulis était versé dans des bouteilles parfaitement stérilisées à l'aide d'un entonnoir et d'une baguette fabriquée pour l'occasion. Puis les bouteilles étaient disposées dans un maxi récipient de manière stratégique par mon père, où il les surveillait et admirait, chronomètre à la main. Voilà une recette qui résume l'une des plus belles journées de mes vacances d'été.

Elisa Graziani, Teramo

## LA MALLE AUX SOUVENIRS

Parmi les traditions qui se perdent peu à peu, figure sans aucun doute celle de la préparation du coulis de tomates maison. Ce rituel est voué à disparaître, car nous sommes désormais habitués à la consommation rapide et à acheter directement le produit fini, souvent d'origine industrielle. Mes filles, comme bien d'autres jeunes, n'ont jamais assisté à ce "rituel", alors que quand j'étais enfant, l'été était synonyme de coulis de tomates maison! Vous savez quand une image, un objet vous ramène à un moment heureux de votre vie? Eh bien pour moi, continuer à préparer le coulis de tomates maison signifie me souvenir de mon enfance et revivre le bonheur pur et authentique que je ressentais lorsque ma famille et moi nous consacrons à cette activité. Les portes des maisons s'ouvraient toutes grandes et toute la famille se réunissait dans la cour, chacun avait son rôle à jouer. C'était une vraie fête, qui commençait à 6 heures du matin (à cause de l'excitation, nous, les enfants, ne parvenions pas à dormir la veille). La cour s'emplit de babillages et de chants et les "ordres" fusaient. Nous, les enfants, passions notre temps à jouer jusqu'au moment où on nous appelait pour notre tâche habituelle, la plus facile et la moins dangereuse: mettre les feuilles de basilic et les tomates San Marzano coupées en quartiers dans les bouteilles. Les femmes de la famille lavaient, ébouillantaient, égouttaient et pressaient les tomates Roi Humbert ; tante Lidia et tante Teresa remplissaient les bouteilles de coulis de tomates bouillant et les hommes les fermaient avec des bouchons en liège (remplacés par la suite par des capsules couronnes). Je conserve encore précieusement et avec "dévotion" l'ustensile en bois utilisé pour mettre les bouchons. On l'ouvrait en deux pour placer le bouchon au centre, on le fermait et un piston, que l'on plaçait sur la bouteille avant de le frapper avec un maillet, apparaissait dans l'ouverture supérieure. Ma mère, très méticuleuse, scellait ensuite le bouchon



de liège à la bouteille avec de la ficelle, en formant une croix et quelques nœuds. Après quelques heures de travail, nous faisons une pause pour le petit-déjeuner, qui consistait en une tranche de pain frais avec du coulis de tomates fraîchement préparé. Je n'oublierai jamais ces saveurs et ces parfums! On allumait ensuite un feu de bois sous les bidons, après les avoir doublés de vieilles couvertures militaires (mon père et mon oncle avaient "fait" la guerre en Afrique). Les bouteilles de coulis de tomates étaient placées à l'intérieur tête-bêche et des torchons étaient disposés autour pour les protéger contre les chocs. Pour finir, les bidons étaient remplis d'eau et couverts d'une espèce de couvercle, puis on laissait bouillir pendant plus d'une heure. Après avoir écarté les braises, on faisait griller des épis de maïs, tandis que tante Eleonora préparait un café d'orge pour tout le monde. Bref, la préparation du coulis de tomates pour l'hiver était quasiment une fête de village, car entre voisins on s'entraidait souvent. Et puis, la fête est finie, car la vie moderne et les maisons modernes n'ont pas de "place" pour ces préparations traditionnelles. Tant qu'elle l'a pu, ma mère a continué à préparer le coulis de tomates chez elle avec mon père, mais en changeant de méthode: elle mettait les bouteilles avec le coulis de tomates chaud et épais dans une malle sous les couvertures. Étant nostalgique et sentimentale, je les fais bouillir dans une casserole en aluminium sur la gazinière et j'en prépare de petites quantités, histoire de perpétuer cette tradition à laquelle je tiens tant. Chaque année, bien que je réduise toujours la quantité que je prépare, je fais attention à le faire quand mes filles, qui ne vivent plus avec moi, sont à la maison, afin que, ne serait-ce qu'en me regardant, elles puissent répéter ce rituel, cette tradition, à l'avenir dans leur propre maison. Car si les traditions ne se transmettent pas, elles se perdent, et perdre la "mémoire" est une perte irrémédiable.

Carmela Masi Liveri, Napoli

## LE PARFUM DE L'ÉTÉ

C'était l'été. L'été commençait avec la radio accrochée à une branche d'olivier devant la maison, le seul endroit où on pouvait capter Radio Malta sur laquelle Jocelyn, avec son accent étranger, faisait le classement des disques les plus vendus de la semaine. Parfois, par intercession divine, on arrivait à capter une radio locale. Les senteurs de l'été emplissaient l'air et, non par sa faute, mais à cause de l'état de l'enceinte grise de la marque Geloso, Celentano fredonnait ses amours d'été en grésillant. Chez nous, l'été commençait avec le parfum des tomates et du basilic. Toute la famille se réunissait à la campagne pour préparer les conserves de tomates: i buttighi e u strattu (les bouteilles et le concentré). Chaque année, ma grand-mère sortait de la même boîte, comme s'il s'agissait d'un reliquaire, le lourd appareil à presser les tomates de la marque "Tre Spade", elle le stérilisait et le montait, c'était le coup d'envoi des opérations. Chacun avait son rôle, toujours le même au fil des ans. Personne ne pouvait abdiquer ou renoncer à ce rôle, à moins de graves problèmes de santé ou de décès prématuré. Ma mère et ma tante lavaient les tomates, mon grand-père était préposé à la manivelle, mon oncle mettait les tomates pelées en bouteille, ma sœur et moi nettoyions les bouchons, alignions les bouteilles et donnions à ma grand-mère les feuilles de basilic lavées et séchées, mon père était chargé du feu, ma grand-mère supervisait tout, de la tomate au pressage, et ensuite, si tout était parfait, elle et elle seule remplissait les bouteilles comme il faut avec le précieux liquide avant de les fermer avec la boucheuse. Le résultat était toujours parfait. C'était une semaine d'effervescence, nos vêtements étaient pleins d'éclaboussures de tomate, je me souviens des bavardages qui fusaient autour des bouteilles, des rires qui accompagnaient les blagues décalées de mon grand-père, de ma grand-mère qui le réprimandait, de ma mère et de ma tante qui bavardaient et riaient. Toute la vie, la nouvelle vie de l'été commençait comme chaque année autour des

cageots en bois pleins de tomates fraîchement cueillies. Lorsque nous en avons fini avec la sauce tomate venait le tour du concentré, pour notre plus grande joie. Pour la recette du concentré, les tomates devaient être plus aqueuses et donc passer très rapidement dans la longue vrille de l'appareil Tre Spade. Ma mère et ma tante avaient déjà soigneusement lavé et séché les fagnotta, ces assiettes en terre cuite qui passaient de mère en fille et qui portaient les signes de ce passage: des petites fissures, des ébréchures, des rayures sur l'émail. J'adorais ces assiettes très lourdes et colorées sur lesquelles étaient peints des oiseaux, des coqs, des poissons aux mille couleurs. Les plus anciennes, qui appartenaient à mon arrière-grand-mère, étaient plus simples, jaune foncé avec des cercles bleus ou verts sur le bord. Le coulis de tomates, très liquide, était placé dans une grande marmite et ma grand-mère le remuait dans un sens puis dans l'autre, comme une sorte de rite propitiatoire. Mon père et mon oncle avaient déjà tout préparé sur la terrasse ; le concentré devait être placé en hauteur, aussi près que possible du soleil et loin de la poussière et du sol. Des planches longues et épaisses, soigneusement lavées à l'eau courante, étaient placées sur des tréteaux en fer, puis commençait la procession de tous les membres de la famille avec les assiettes, distribuées en fonction de l'âge et de la force, accompagnées par la recommandation de faire attention à bien les tenir. Une fois qu'elles étaient disposées sur les planches, les hommes allaient chercher la marmite de liquide vermeil et ma grand-mère remplissait les assiettes avec une grande louche, utilisée uniquement à cet effet. Commençait alors un long va-et-vient des femmes de la maison pour "arrimari u strattu" (remuer et mélanger le concentré). Tout au long de la journée, et surtout aux heures les plus chaudes, il fallait remuer la sauce liquide avec une cuillère en bois jusqu'à ce que le soleil brûlant n'ait fait évaporer toute l'eau en ne laissant que le concentré de tomates. Le soir, toutes les assiettes étaient recouvertes d'un voile blanc. Au fur et à mesure que la sauce s'épaississait, elle devenait très sucrée et nous ne pouvions nous empêcher d'en picorer ici et là, espérant

cacher le vol avec un touillage approximatif. Ma grand-mère était pire qu'un général en guerre et nous n'arrivions jamais à nous en tirer, mais nous parvenions à un compromis: une assiette rien que pour nous. Pendant que les femmes de la maison se protégeaient du soleil avec un mouchoir blanc sur la tête, nous sortions sur la terrasse avec de grandes tranches de pain sur lesquelles nous étalions le précieux concentré, meilleur que le Nutella. À la fin, les assiettes, qui au début couvraient une grande partie de la terrasse, n'étaient plus que quelques-unes. Au fur et à mesure que le concentré séchait dans les petites, on le mettait dans les grandes, jusqu'à obtenir la bonne consistance, on remplissait alors les bocaux en verre, on y glissait les feuilles de basilic, puis on les recouvrait d'huile d'olive. Tout au long de l'hiver, quelques cuillères de ce concentré seraient venues assaisonner les sauces, la viande et d'autres mets. Cet été-là, j'avais 14 ans, c'était le premier été sans grand-père Vincenzo, on me confia la tâche de tourner la manivelle... et en tournant la manivelle, je m'aperçus que je faisais des blagues décalées... ma grand-mère me réprimandait mais sans grande conviction, ma sœur riait, ma mère et ma tante se racontaient des histoires sur la vie. Tout autour, il y avait le parfum de l'été, rouge tomate et vert basilic.

Maria Carmela Miccichè, Scicli (Ragusa)



## LE COULIS DE TOMATES EXTRA DE TERESA

Au fil du temps, les équipements ont changé, passant du manuel à l'électrique, mais en conservant toujours les procédures du passé, transmises de génération en génération, selon la recette locale typique! Entièrement biologiques et cultivées dans le potager familial, les tomates sont triées, lavées, coupées en deux, blanchies pendant cinq minutes et égouttées dans un panier fait main en osier ou en bois souple, selon un procédé typique, mais désormais peu connu, de certains villages de notre région ; autrefois, des "fougères", que l'on trouvait partout dans la campagne, étaient disposées au fond du panier pour empêcher que les tomates ne collent à la fine nappe et pour faciliter l'élimination de l'eau. La sauce est ensuite remuée dans le panier à l'aide d'une cuillère en bois afin d'éliminer le surplus d'eau dont les tomates sont principalement constituées. Lorsque le coulis de tomates est suffisamment dense, il est versé dans un récipient en plastique, puis mis dans des bouteilles "nce boccacci do suco e frutta", c'est-à-dire des bouteilles en verre d'un litre pareilles à celles qui autrefois contenaient du jus de fruits, d'où leur nom. Des feuilles de basilic frais ou des piments amers entiers sont ajoutés dans certaines bouteilles pour donner du goût à la sauce. Après avoir été fermées, les bouteilles sont mises à bouillir pendant une heure dans une marmite en cuivre afin de créer le vide d'air, en alternant une couche de bouteilles et une couche de nappes pour éviter qu'elles ne se cassent. Notre recette traditionnelle de la "sarza" (sauce tomate) s'achève dans le cellier où les bouteilles, soigneusement rangées, attendent de prendre place cet hiver sur nos tables et dans le cœur des personnes à qui nous les offrirons!

Valentina Gulli, Chiaravalle Centrale (Catanzaro)



## LE SUPER COULIS DE TOMATES

Préparer le coulis de tomates a toujours fait partie des traditions de ma famille (nous sommes siciliens).

Au début, c'était ma grand-mère paternelle qui, dans sa maison de campagne, préparait des centaines de bouteilles de sauce tomate pour toute la famille avec l'aide de ses filles et de ses belles-filles.

Après mes grands-parents, ce fut au tour de ma mère et de mon père de préparer le coulis de tomates pour ma famille et celle de mon frère: je les revois, dans le jardin de leur maison à Palerme, se débattre avec les caisses de tomates que mon père allait chercher au village.

Les tomates étaient cuites dans de grandes marmites avec de l'oignon émincé, de l'ail, de l'huile, du sel et des tiges de basilic: ma mère disait que la vraie saveur du basilic se trouve dans les tiges.

Une fois cuites, les tomates étaient pressées et remises sur le feu pour les faire réduire à point, assaisonnées avec des feuilles de basilic, un peu de sel si besoin et une bonne pincée de sucre. La sauce tomate obtenue se consommait telle quelle.

Elle était ensuite mise chaude en bouteille et pour ce faire, une petite casserole d'eau était mise sur le feu dans laquelle était placée la bouteille qui était remplie de sauce tomate à l'aide d'un entonnoir.

Une fois bouchées, les bouteilles étaient placées dans des caisses et recouvertes de couvertures en laine jusqu'à ce qu'elles refroidissent.

Lorsque ma mère et mon père sont devenus âgés, j'ai pris le relais: je ne pouvais renoncer à la sauce tomate dont je m'étais régalée pendant tant d'années.

Chaque été, je fais donc un énorme boulot, car à Rome, où je vis,

je n'ai ni campagne ni jardin, mais une cuisine ordinaire où je ne peux préparer que dix kilos de tomates à la fois. Mais le résultat en vaut la peine.

Contrairement à ce que faisaient mes parents, je verse la sauce tomate dans des bocaux "Quattro stagioni" de Bormioli de différentes tailles et je les stérilise dans l'eau.

Jusqu'à l'année dernière, je pressais les tomates à la main avec un presse-tomates en acier ; cette année, mes enfants m'ont offert un modèle électrique, ce qui m'a facilité une partie du travail.

### Ma recette

Voici la recette de mon coulis de tomates, qui remporte un franc succès chez moi. Comme elle est déjà assaisonnée et prête à l'emploi, elle permet de cuisiner rapidement, ce qui est très pratique.

Pour 5 kg de tomates, lavées, coupées, mises dans une casserole et légèrement pressées avec les mains, j'ajoute des tiges et des feuilles de basilic, 2 gros oignons émincés, 3 gousses d'ail et du sel. Je fais cuire pendant environ 40 minutes, et 5 minutes avant d'éteindre le feu, j'ajoute une cuillère à soupe de sucre et de l'huile d'olive vierge extra.

Après avoir pressé les tomates, je regarde la consistance de la sauce ; si elle est épaisse, j'arrête la cuisson et je l'assaisonne encore un peu si besoin.

Je mets une petite casserole avec un peu d'eau sur le feu, je place les bocaux dedans et je les remplis de sauce en utilisant un entonnoir.

Je glisse une feuille de basilic dans chaque bocal et je les ferme en utilisant des couvercles neufs.

Lorsque les bocaux ont refroidi, je les mets dans de grandes marmites après les avoir enveloppés dans des torchons en coton et je les fais bouillir.



Pour une stérilisation complète, je calcule 50 minutes à partir de l'ébullition : je les laisse refroidir et je les range dans le cellier.

### **La variété de tomates**

Chaque année, c'est une surprise. Pendant des années, j'ai utilisé un mélange de tomates: des tomates datterino, des tomates cerises et des tomates piccadilly, que je choisissais directement au marché local en me laissant guider par mon expérience.

L'année dernière, je suis allée en vacances sur la côte des Abruzzes et j'ai ramené à Rome 60 kilos de "cœur de bœuf", une variété produite localement: résultat, mon coulis de tomates était fabuleux, car cette tomate a une chair très savoureuse et donne d'excellents résultats grâce à sa peau très fine.

Cette année, j'ai vécu une expérience encore plus belle et inattendue: sur les conseils d'une bonne amie sicilienne, j'ai pris contact avec un agriculteur de Ribera (une région réputée pour ses cultures) qui lui fournit des tomates particulièrement bonnes et qui a accepté de m'en envoyer.

La fierté avec laquelle il m'a montré ses produits, en m'envoyant des photos de ses rangées de plants de tomates, m'a beaucoup touchée.

J'ai donc pu réaliser le rêve de toute une vie: retrouver le goût de la sauce tomate faite avec les meilleures tomates de mon terroir. Autrement dit, la saveur de mon pays.

Une curiosité: dans certains villages siciliens, la tomate est encore désignée sous son ancien nom "pumu d'amuri" (pomme d'amour) en raison de sa couleur rouge, de sa forme de cœur et, selon certaines traditions, de ses vertus aphrodisiaques.

Gaudia Campisi, Roma

## LE GOÛT DE LA TRADITION 100% NATURELLE

Conserve super veloutée ANTIX de petites tomates BARONETTO ROSSO du PARTENIO.

Variété que je CULTIVE Cultivar Ultra BIO 7.17, écotype autochtone local ancestral de longue conservation n.b.

Avant d'indiquer la composition de la conserve mentionnée ci-dessus, il est nécessaire de se procurer de la poudre de petites tomates Baronetto, que l'on obtient en faisant sécher naturellement les tomates au soleil, puis en les broyant dans un mortier ; il faut aussi se procurer de petites tomates Baronetto séchées au soleil de manière naturelle et traditionnelle. Vous disposez de ces deux ingrédients supplémentaires? Alors, passons à la recette.

Prendre une grosse grappe de petites tomates Baronetto Rosso conservée à la cave depuis au moins 2-3 mois ou bien conservée sous la paille pendant la même durée.

Laver les tomates en ajoutant du bicarbonate, les sécher, puis les ébouillanter pendant quelques minutes dans une marmite. Mixer les baies, les faire cuire pendant environ 20 minutes, puis les laisser reposer pendant un certain temps.

Mixer à nouveau le mélange. Blanchir une seconde fois, puis laisser le mélange reposer et refroidir à nouveau. Entre-temps, préparer les bocaux lavés et stérilisés.

Quand le mélange a refroidi, le tamiser. L'heure est à la mise en bocaux. Placer 50 grammes de petites tomates séchées et 5 grammes de poudre de petites tomates Baronetto au fond des bocaux, puis verser 150 grammes de nectar, le tout dans des bocaux de 212 grammes.

Ensuite, fermer les bocaux avec des couvercles étanches et passer à la cuisson et au vide d'air.

Quand les bocaux sont prêts, les placer dans une marmite et les recouvrir d'eau bouillante, puis les laisser reposer jusqu'à ce que l'eau refroidisse. Une fois que l'eau a refroidi, faire bouillir les bocaux pendant environ 60-70 minutes.

Retirer les bocaux de la marmite lorsque l'eau a refroidi. Sécher les bocaux, puis les retourner pendant 5 heures et le tour est joué. Il convient de noter que pour réussir ce type de conserve, il est nécessaire d'utiliser cette variété de tomate.

Qu'elle soit fraîche/conservée ou transformée, elle est sans histamine, histidine, tyramine et nickel et possède un fort pouvoir antioxydant.

Vito Napolitano, Sperone (Avellino)



## DES SOUVENIRS À CONSERVER

### La sauce tomate

Appelez-la comme vous voulez, moi j'ai grandi en l'appelant sauce tomate. Tout au plus, conserve de tomates, sauce ou conserve de tomates, mais jamais coulis de tomates. Avant de vous donner ma recette, je veux vous raconter ce qui me traverse l'esprit quand je parle de sauce tomate. Jusqu'à l'âge de neuf ans, j'ai vécu en pleine campagne. J'habitais dans une maison avec un potager devant. Mes parents et moi vivions avec ma grand-mère Carmela. Ma tante, mon oncle et mes trois cousines habitaient à l'étage.

Ma grand-mère est née en 1908 et pendant de nombreuses années, elle a cuisiné pour toute la famille, une très grande famille, qui comptait jusqu'à soixante-dix personnes. Ils étaient métayers et travaillaient pour une famille noble, un métayage qui s'est achevé à la fin des années 1960. À l'époque, bien des familles nombreuses se sont séparées, chacune trouvant une maison ailleurs, parfois même dans d'autres régions.

De cette maison, ma grand-mère a conservé d'énormes marmites en aluminium avec un manche à crochet. Aujourd'hui encore, j'utilise ces marmites pour préparer la sauce tomate, cuire des légumes ou mettre les bocaux au bain-marie.

### Le jour de la tomate

Enfant, tout était préparé et planifié pour le jour de la préparation de la sauce tomate. Tout tournait autour de cet événement qui célébrait l'été. Presque comme quand le cochon était tué pour célébrer l'hiver.

La sauce tomate était préparée en août, lorsque la production était abondante, les tomates mûrissaient vite et surtout il y avait

de la main-d'œuvre pour aider. Toutes les femmes de la famille participaient, de la plus âgée à la plus jeune, il y avait toujours quelque chose à faire. Il y avait aussi quelques hommes pour les tâches les plus difficiles.

Tout commençait quelques jours plus tôt, avec la récolte des tomates. Il y avait différentes variétés de tomates, des tomates rondes, genre cœur de bœuf, et des tomates "cirio" en forme de poire. Elles étaient placées sur des tables dans ce qui était à l'époque une espèce de garage-cuisine, devenu par la suite la pièce à vivre de ma tante et de mon oncle. Il s'agissait de la même pièce où la table d'abattage était installée. Les tomates étaient entreposées là jusqu'à maturation complète afin de sécher. Elles faisaient l'objet de contrôles réguliers pour éviter les moisissures ou autre. La table était toujours couverte d'une toile cirée à fleurs.

### Opération bocaux

Une autre opération consistait à laver les bouteilles et les bocaux dans la buanderie. On utilisait également des bouteilles de jus d'orange, que l'on fermait avec une capsule couronne. Il y avait toutes sortes de bocaux, surtout des gros. Avec un couvercle à vis, ceux avec une rondelle étaient généralement réservés aux poivrons aigres-doux. Les bocaux étaient recyclés plusieurs fois et il fallait gratter les vieilles étiquettes.

Puis il y avait un rituel, qui, Dieu merci, n'existe plus: l'achat de l'acide salicylique. On l'achetait en pharmacie et on l'utilisait comme conservateur pour la sauce tomate. Je me souviens encore du sachet et de son odeur, qui me dégoûtait. Quelques années plus tard, j'ai d'ailleurs découvert que j'avais une intolérance à ce produit. Mes cousines se souviennent qu'il faisait une espèce de mousse dans les bouteilles et qu'il fallait jeter le dessus de la sauce



tomate. Un problème de dosage peut-être?

On l'utilisait parce qu'il permettait une longue conservation, un bocal de coulis de tomates pouvait durer quelques années. Heureusement, il a été interdit.

### **Le jour de la sauce tomate**

Quand tout était prêt, le jour de la sauce tomate arrivait. Un mot sur les tenues: moi, je pouvais cuisiner en débardeur. La robe-tablier à fleurs de grand-mère remportait haut la main le premier prix. Les bacs avec les tomates étaient transportés jusqu'à la fontaine tandis que les derniers préparatifs battaient leur plein. On préparait une table recouverte d'une toile cirée à laquelle était fixé le presse-tomates. Un brûleur à gaz pour cuire les tomates, un bâton en bois et une "cazza a busi" (une écumoire) pour les récupérer. Des seaux bien propres pour mettre les tomates coupées, des couteaux, des planches à découper, etc.

Les ingrédients pour la sauce tomate: en plus du sel et du sachet acheté en pharmacie, il y avait du céleri et des oignons du jardin. Je me souviens qu'il y avait aussi des poivrons. Pas de basilic, à l'époque ce n'était pas une plante aromatique qui était utilisée. La marche à suivre était la suivante: les tomates lavées étaient coupées en morceaux après avoir retiré les parties abîmées et ôté le pédoncule. Elles étaient ensuite mises dans une grande marmite avec un peu de céleri et d'oignon et cuites pendant environ dix minutes en mélangeant.

Les tomates encore bouillantes passaient dans l'appareil dont la manivelle, que quelqu'un était chargé de tourner pendant des heures, faisait un bruit ridicule. Après un premier passage, les résidus étaient pressés une seconde fois, car un deuxième passage permettait d'extraire encore un peu de pulpe.

Ensuite, la sauce tomate était mise dans une grande marmite jusqu'à devenir "bea fissa" (épaisse).

Après avoir refroidi, les bocaux ou les bouteilles étaient rangés à la cave.

Les conserves de tomates étaient principalement utilisées pour la cuisson: la sauce bolognaise, le poulet et le canard en sauce. Comme la sauce tomate était bonne jusqu'en juin de l'année suivante, on l'utilisait pour toutes les cuissons à base de tomate.

### **La mémoire sensorielle**

Ce dont je me souviens avec le plus d'émotion, et qui me fait tendrement sourire, c'est le plaisir des sens. Le parfum intense des tomates chaudes, qui descend par les narines et rassasie presque le ventre. La couleur rouge intense dont nos vêtements légers, nos pieds nus et nos bras se tachaient.

La saveur merveilleuse de la tomate mûre crue et puis le goût de la conserve dense à point quand il fallait vérifier qu'elle ne manquait pas de sel. Et enfin, le son presque imperceptible du coulis de tomates en train de mijoter et le "tloc-tloc" plus fort de l'appareil. Si je ferme les yeux, quand je m'assieds à table devant mon assiette de pâtes à la sauce tomate, je revis tout cela.

### **Ma sauce tomate**

Que la meilleure recette du coulis de tomates soit celle de notre mère, nous le savons tous. Et chaque mère a sa propre technique, ses ingrédients, sa manière de procéder et cette recette reste indétrônable. Je dois avouer que j'ai acheté du coulis de tomates moins de dix fois dans ma vie. Ma mère en fait, hum... dans les 300-400 bocaux, de quoi nourrir tous ses enfants pendant l'hiver.

Sa sauce tomate est pure et essentielle, rien que des tomates, du sel et peut-être un peu de basilic. Elle est très liquide, mais ce qui est bien, c'est qu'on peut en faire ce qu'on veut et l'assaisonner

comme on le souhaite. Voici ma recette de coulis de tomates cerises:

Ingrédients

- des tomates cerises bien mûres
- du gros sel
- du basilic

Je mets les tomates cerises au soleil pendant une demi-journée pour qu'elles chauffent et sèchent.

Je les lave et les coupe en deux, puis je les mets dans une passoire avec une poignée de gros sel.

Une fois qu'elles ont égoutté pendant une heure, je les mets dans une casserole haute en aluminium. J'opte pour l'aluminium parce qu'il chauffe uniformément de la base aux côtés.

Il permet d'éviter la formation de vapeur et d'eau et favorise l'évaporation. Je laisse cuire pendant au moins 15-20 minutes en remuant avec une cuillère en bois. Je passe les tomates encore chaudes dans un moulin à légumes à mailles fines en ajoutant de temps en temps quelques feuilles de basilic.

Si la sauce tomate est assez épaisse, je la mets en bocaux telle quelle, sinon je la laisse cuire encore dix minutes.

Cette sauce tomate est parfaite pour assaisonner les pâtes et je prépare des bocaux de différentes tailles, comme ça quand j'en ouvre un, je le finis tout de suite. Elle est également délicieuse telle quelle avec une tranche de pain et de la stracciatella (fromage).

Et vous, quelle est votre recette?

Bon coulis de tomates à tous!

Monica Campaner, San Donà di Piave (Venezia)



DÉCOUVREZ LE MONDE DE TRE SPADE  
[trespade.it](http://trespade.it) | [store.trespade.it](http://store.trespade.it)