

Sauce vide-jardin

CARIBOU

Recette de Julie Aubé - Photo de Rachel Ouellette
Magazine Caribou - cariboumag.com

 4 portions

INGRÉDIENTS

¼ tasse (60 ml) d'huile de tournesol
1 ½ tasse (375 ml) d'oignons hachés
Sel au goût
4 gousses d'ail hachées
2 tasses (500 ml) d'aubergine ou de courgette en petits dés
1 tasse (250 ml) de poivrons en petits dés (toutes les couleurs sauf le vert)
2 tasses (500 ml) de tomates en petits dés
Piment fort frais haché ou moulu au goût
¼ tasse (60 ml) de persil frais haché
Une touche de vinaigre local au choix

Pesto de fin de jardin

¼ tasse (60 ml) de thym, romarin, sauge et/ou origan haché
2 c. à soupe (30 ml) de fanes de carottes (ou autre herbe/verdure)
¼ tasse (60 ml) de fromage fort râpé finement
¼ tasse (60 ml) d'huile locale



PRÉPARATION

1. Dans une casserole, chauffer l'huile et suer les oignons avec le sel.
2. Lorsqu'ils sont translucides, ajouter l'ail, l'aubergine ou la courgette et les poivrons. Cuire jusqu'à ce qu'ils soient mous et très cuits.
3. Ajouter les dés de tomates (et le piment si désiré) et bien mélanger. Porter à ébullition, réduire le feu et mijoter environ 20-30 minutes pour que les tomates soient bien cuites et jusqu'à l'atteinte de la texture désirée (plus ou moins réduite, à votre goût).
4. Pendant ce temps, préparer le pesto en mélangeant les herbes avec le fromage râpé et l'huile. Réserver.
5. Lorsque la sauce aux légumes est cuite et que la texture est à votre goût, ajouter le persil et la moitié du pesto. Goûter et ajouter plus de pesto graduellement selon votre goût. Ajuster également le sel ainsi que l'acidité, au besoin, avec une touche de vinaigre.

NOTE

Cette sauce est délicieuse avec des pâtes, mais peut aussi s'utiliser de multiples autres façons: en garniture sur un poisson grillé, en ragoût avec des haricots locaux, et pourquoi pas pour y cuire des œufs style shakshuka.

ASTUCE

Doublez, triplez, quadruplez cette sauce pour ne rien perdre des richesses légumières de la saison d'abondance. Elle se congèle à merveille, vous vous remercirez cet hiver!

VARIANTE

Vous le devinez: cette recette vide-jardin invite aux substitutions en fonction de ce que vous avez sous la main. Des poireaux peuvent remplacer l'oignon, du fenouil le poivron, et pour les fanes et les herbes, inspirez-vous du panier ou du jardin!