



Clase de Comida Familiar Pilot Light  
La Salsa Perfecta de Tres Ingredientes de Marcella Hazan

**Edad Recomendada: A partir de 5 años**

**Receta: La Salsa Perfecta de Tres Ingredientes de Marcella Hazan**

La comida deliciosa no tiene por qué ser complicada. En muchos casos, cuanto más simple, mejor. Esta receta es perfecta para todos porque es sumamente sencilla, extremadamente versátil y muy barata. Puede usarse para hacer pizza, pasta, pescado, frijoles, etc. Es genial para todas las edades y etapas. Mientras la receta original pide un pasapurés (“food mill”), los pequeños pasarán momentos fantásticos aplastando tomates con sus manos. Los niños más mayores tendrán una receta infalible que podrán hacer en un pispás.

**Salsa de tomate III**

*de The Classic Italian Cookbook* de Marcella Hazan (Ballantine Books 1973)

2 libras de tomates pera frescos y maduros

¼ libra de mantequilla

1 cebolla amarilla mediana pelada y cortada a la mitad

Sal

¼ cucharadita de azúcar granulada

1. Lava los tomates en agua fría. Córtalos longitudinalmente por la mitad. Cocínalos en una olla o cacerola tapada hasta que hayan hervido durante 10 minutos.
2. Haz un puré con los tomates usando el pasapurés en la olla. Otra opción: deja que los tomates se enfríen por completo y solicita la ayuda de un niño para aplastar los tomates hasta que estén en trocitos. Añade la mantequilla, la cebolla, 1 ½ cucharadita de sal y azúcar y cocina a fuego lento pero constante (sin tapar) durante 45 minutos. Prueba y rectifica la sal. Desecha la cebolla.
3. Los tomates buenos de lata hacen que esta receta sea aún más fácil y son una mejor opción en invierno cuando los tomates de supermercado están pálidos y sin sabor. Si los usas, utiliza 2 tazas de tomate y su jugo y empieza la receta en el paso 2.

**Actividad/Preguntas para debatir:**

**Debate y/o escribe sobre lo siguiente:**

1. Marcella Hazan creó y escribió esta receta. ¿Quién es ?

2. ¿Sabe esta salta diferente de otras clase de salsa de tomate que has probado? ¿En qué?
3. Si quisieses, ¿cómo podrías cambiar el sabor de esta salsa? ¿Qué ingredientes podrías añadir?
4. Imagina todas las cosas que podrías hacer con esta salsa. ¿Con qué comidas podrías tomar la salsa además de noodles o pizza?
5. ¿Puedes escribir una canción sobre la salsa de tomate? ¿Y un poema?

*Esta Clase Familiar fue escrita por Kristine Wilber, miembro de Pilot Light Food Education, y se inspiró en los hermosos escritos y en la cocina de Marcella Hazan.*