



Αγαπημένη... Λιουτενίτσα!

Υλικά:

- 2 κιλά κόκκινες πιπεριές (Φλωρίνης)
- 1 κιλό ντομάτες (ώριμες για σάλτσα)
- 200γρ μελιτζάνες
- 200γρ καρότα
- 1 μέτριο κρεμμύδι
- αλάτι
- πιπέρι
- βότανα της αρεσκείας σας



Εκτέλεση:

1. Πλύντε καλά όλα τα υλικά.
2. Ψήνετε τις πιπεριές και τις μελιτζάνες. Καλύτερα στην ψησταριά, αν όμως δεν υπάρχει, στο φούρνο γίνεται επίσης. Μετά το ψήσιμο, ξεφλουδίστε τις πιπεριές και αφαιρέστε τη φλούδα της μελιτζάνας.
3. Πολτοποιήστε τις πιπεριές και τις μελιτζάνες και βάλτε τις στην άκρη.
4. Ψιλοκόψτε το κρεμμύδι και αχνίστε το στην κατσαρόλα με λίγο νερό. (Αν έχετε χρόνο, αφήστε το λίγο πριν το αχνίσετε σε νερό και ξεπλύντε το πριν το τοποθετήσετε στην κατσαρόλα)
5. Πολτοποιήστε τις ντομάτες και κόψτε τα καρότα σε λεπτές ροδέλες.
6. Βράστε το κρεμμύδι, τις ντομάτες και τα καρότα μέχρι να μαλακώσουν τα καρότα. Στη συνέχεια πολτοποιήστε τα μαζί με τη ντομάτα (με ένα μπλέντερ χειρός μέσα στην κατσαρόλα).
7. Προσθέστε στην κατσαρόλα τις πολτοποιημένες πιπεριές και μελιτζάνες, αλάτι, πιπέρι και τα βότανα της αρεσκείας σας.
8. Ανακατέψτε καλά και αφήστε να σιγοβράσει το μείγμα για 15-20 λεπτά ή μέχρι να σωθούν τα πολλά υγρά.

Σημειώσεις:

- Αν δε θέλετε να μπείτε στον κόπο να ψήσετε τις πιπεριές και τις μελιτζάνες, αρκεί να τις κόψετε κομμάτια και να τις βάλετε στην κατσαρόλα με όλα τα άλλα υλικά (όπως κάνουμε με τα καρότα), και να τα πολτοποιήσετε όλα μαζί στο τέλος.
- Αν θέλετε να κάνετε κονσέρβες (να αποθηκεύσετε τη σάλτσα σε βάζα), φροντίστε να αποστειρώσετε τα βάζα, τοποθετώντας τα στο φούρνο στους 100 βαθμούς για 30 λεπτά και να τα γεμίσετε ΜΟΛΙΣ αφαιρέσετε την κατσαρόλα από τη φωτιά. Αναποδογυρίστε αμέσως τα βάζα και αφήστε τα να κρυώσουν πάνω στον πάγκο μέχρι το άλλο πρωί. Διατηρούνται όλο το χειμώνα! Όπως οι σάλτσες ντομάτας.
- Αν θέλετε μπορείτε να προσθέσετε ελαιόλαδο στη συνταγή, απλά θα γίνει λίγο πιο βαριά η σάλτσα.
- Σερβίρεται σκέτη, για επάλειψη στο ψωμί αλλά αποτελεί και φανταστική σάλτσα για τα μακαρόνια σας.

