



## TOMATES CONFITADOS

### INGREDIENTES PARA 4 COMENSALES

- 500 g de tomate
- 40 g de aceite de oliva virgen
- 2 g de tomillo
- 1 g de romero
- 1 g de mirto
- 2 hojas de laurel
- 100 ml de agua
- sal
- pimienta

### LA PREPARACIÓN

- Enciende el horno a 100 ° C. E una ensaladera pequeña, incorpora el aceite, la sal, varias vueltas de molinillo de pimienta y las hierbas. Remueve.
- Introduce los tomates 30 segundos en agua hirviendo y , a continuación, colócalos en agua fría. Pélalos y pásalos de uno en uno por encima de la mezcla de hierbas. Colócalos en una bandeja para gratinar, añade las hojas de laurel cortadas en trozos.
- Hornea durante 2 hrs. Estos tomates se conservan en el frigorífico durante 2 o 3 días.



### INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Hidratos de carbono 4.6 g	Grasas 10.3 g
Kcal 120	Proteínas 1.1 g