

COMMENT MONDER (PELER) LES TOMATES FACILEMENT

L'article

<https://cuisinedaubery.com/monder-tomates/>

La technique pour monder (peler) les tomates facilement

Beaucoup de recettes à base de tomates recommandent de les peler, car la peau apporte de l'acidité et n'est pas toujours digeste. Egalement, certaines recettes (comme une sauce tomate ou un gaspacho) évitent de garder la peau qui n'est pas agréable en bouche

Pour peler les tomates, le premier réflexe est de les éplucher avec un économe. Pour peler correctement, il faut que la tomate soit bien ferme et que l'économe soit bien affûté. Néanmoins, avec cette technique de base, on va abîmer la chair et surtout prélever et jeter trop de chair. Il y a une autre technique, plus adaptée que l'on va voir ensemble !

Avec cette technique, on va retirer la peau facilement et laisser toute la chair à la tomate, comme montré ici sur la photo :

1. On commence par laver les tomates puis les sécher avec un papier absorbant
2. Retirer le pédoncule (la partie dure où la tomate tenait en branche)
3. Du côté de la tomate opposé au pédoncule (que l'on vient de retirer), inciser la peau en croix avec la pointe d'un couteau
4. Faire chauffer une grande casserole d'eau
5. Plongez vos tomates quelques secondes dans l'eau bouillante, jusqu'à ce que vous voyez la peau (incisée) commencer à se retracter ou se plier : Cela ne prend que quelques secondes
6. Puis, aussitôt, plonger dans un bol d'eau glacée (afin d'arrêter la cuisson net)
7. La peau (ou on avait taillé une croix) est alors très facile à retirer avec la pointe d'un couteau, elle se détache en tirant : plus besoin d'économe
8. Seule la peau est retirée, ainsi on garde toute la chair

Voilà !