

Samstag, 06.06.2020

→EINKAUFEN nicht vergessen 😊

<b>Spaghetti Bolognese</b>		
Zutat	Menge	Einheit
Personen	1	
Nudeln	125	g
Hackfleisch / Linsen	50	g
Zwiebeln	50	g
Karotten	50	g
Zucchini	50	g
Tomaten, gehackt	100	ml
Knoblauch	1	Zehe
Öl		
Salz		
Pfeffer		
Gemüsebrühe		
Kräuter der Provence		
Paprikagewürz		
Reibekäse / Parmesan		

1. Zwiebeln in tiefer Pfanne oder einem Topf glasig anbraten
2. Gemüse dazu tun und auch kurz anbraten
3. Dosentomaten dazu schütten und alles kochen lassen, würzen.  
Nach ca. 10 Minuten pürieren (muss man aber nicht).
4. Während die Tomatensoße köchelt das
5. Hackfleisch anbraten und würzen. Danach alles mischen und noch einmal kochen lassen. Je länger es kocht desto besser wird es.
6. Nebenbei Wasser aufsetzen, Salz dazugeben und sobald es kocht die Nudeln reinschütten.  
Kochzeit nach Aufschrift auf der Packung.

Hinweis: Wenn ihr selber Nudeln machen wollt, bereitet erst den Teig vor und lasst ihn ruhen. In der Zwischenzeit die Bolognese zubereiten. Während die Bolognese köchelt dann den Teig ausrollen, Nudeln noch kurz trockenen lassen und dann kochen.