

Bolognese

– Spaghetti med Köttfärsås

Tillagningstid: 1h 45 minuter



Ingredienser [4 Portioner]

Huvudingredienser

| | |
|----------|---------------|
| 500 gram | Köttfärsås |
| 320 gram | Spaghetti |
| 2 msk | Japansk Soya |
| 1 klyfta | Vitlök |
| 1 tsk | Kakao |
| | Cayennepeppar |

2. Värm olivolja i en stor stekpanna och häll i köttet. Finhacka en klyfta vitlök och stek med köttet.
3. Häll tidigt i salt, peppar samt cayennepeppar efter smak
4. När köttfärsåsen nästan är färdigt häll i 2 msk soya och 1 tsk kako.
5. Häll sedan ned köttfärsåsen i tomatsåsen som förberetts tidigare och smaka av med salt, peppar och honung

Tomatsås

| | |
|-------|-------------------------|
| 6 st | Rumstempererade Tomater |
| 2 msk | Tomatpuré |
| | Ketchup |
| | Färsk Basilika |
| | Oregano |
| | Timjan / Franska Örter |

Instruktioner

Tomatsås

1. Dela alla tomater i 4 klyftor och lägg i en stor kastrull med rikligt med olivolja
2. Mosa tomaterna i grytan och häll i färsk basilika, oregano och timjan / franska örter.
3. Låt koka och mosas tills det blivit en jämn sås. Häll i tomapuré. Smaka av med Salt och ketchup.
4. Låt stå och koka på låg värme under lock i c.a 1 timme.

Bolognese

1. Koka Pastan i en stor kastrull. Häll i salt och låt stå.