

Food Recipe – P1T2_food recipe

Pasta con salsa boloñesa

Hecho por: Julián David Sánchez Amado | Jorge Daniel Ramírez Nieves

Utensilios para la preparación

- Una cacerola de capacidad de dos litros
- Sartén de 40 cm de diámetro
- Colador
- Una cuchara de madera
- Espátula
- Platos
- Rallador

Ingredientes (porción)

- 100gr de pasta larga
- 200gr de carne molida
- 1 cebolla
- 1 zanahoria
- 10gr de orégano
- 15gr de pimienta
- 10mm de aceite de oliva
- 1lt de agua
- 125gr de salsa de tomate
- 50mm de leche
- 30gr de sal Preparación

Paso a Paso de la preparación

Paso 1

Para iniciar el proceso de la pasta boloñesa, tomar la cebolla y picarla en láminas de 2mm.

-1.1. Pelar la zanahoria con ayuda del rayador.

Paso 2

Posicionar la sartén en un fogón y añadir en este 10mm de aceite.

-2.1. Calentar el aceite a 180°C.

Paso 3

Colocar dentro del sartén la cebolla y la zanahoria con 5gr de sal por 10 minutos.

Paso 4

Bajar la temperatura a 70°C para después insertar dentro la carne molida durante 5 minutos y con una espátula ir separándola para que no quede cocida en trozos grandes mientras se hace un movimiento circular.

-4.1. Agregar los 10gr de orégano dentro del sartén.

Paso 5

Incorporar los 125gr de salsa de tomate y 50mm de leche y cocerlo durante 20 minutos.

Paso 6

Situar la cacerola en un fogón y verter en ella 1lt de agua (si se va a preparar una porción).

-6.1. Poner a calentar el agua hasta llegue a 92°C.

Paso 7

Cuando el agua llegue a la temperatura establecida, emplear 10gr de sal.

Paso 8

Una vez alcance la temperatura a 92°C, insertar la pasta en la cacerola.

-8.1. Al disponer la pasta dentro de la cacerola, batir con la cuchara de madera para evitar que se pegue.

-8.2. Disminuir la temperatura a 75°C Paso 9. Cada 3 minutos revolver la pasta.

Paso 9

Pasados 10 minutos retirar la pasta.

Paso 10

Incluir y revolver la salsa boloñesa a la pasta.

Paso 11

Servir dentro del plato, preferiblemente hondo.

Bibliografía

<https://www.creativegan.net/archives/cocer-la-pasta/%7B>

<https://www.siemens-home.bsh-group.com/es/inspiracion/innovaciones/novedades-producto/tabla-temperaturas-coccion-alimentos>

<https://www.recetasdeescandalo.com/salsa-bolonesa-casera/>

<https://brainly.lat/tarea/7808277>

<https://libroderrecetas.com/como-cocinar/cortes-de-cebolla#:~:text=Se%20cortan%20finas%20l%C3%A1minas%20de,rellenos%2C%20salsas%2C%20y%20aderezos>