

Spaghetti Bolognese



Das brauchst du:

2	Möhren	* kleines Brett
4	Tomaten	* kleines Messer
250 g	Rinderhackfleisch	* Topf
1 EL	Olivenöl	* Nudelsieb
etwas	Salz	* Pfanne
250 g	Spaghetti	* Rührlöffel
2 EL	Ketchup	
1-2 Dosen	passierte Tomaten	
Gewürze (Salz, Pfeffer, Oregano, Basilikum)		
(Parmesan)		

So geht's:

1. Die Möhren schälen und sehr klein würfeln.
2. Die Tomaten waschen, den Stielansatz herausschneiden und die Tomaten klein würfeln.
3. Das Hackfleisch in einer heißen Pfanne in Öl krümelig braten.

Die gewürfelten Möhren und Tomaten und passierte Tomaten dazugeben und
4. mit anschwitzen.
Mit den Gewürzen und Ketchup abschmecken.
5. Unter gelegentlichen Rühren etwa 30 Minuten dicklich einkochen lassen. Nach Bedarf etwas Wasser oder Gemüsebrühe dazugeben.
6. Nudeln in Salzwasser kochen, dann abgießen und unter die Sauce mischen.
Nach Geschmack mit Parmesan bestreuen.

Viel Spaß beim Ausprobieren wünscht Euch
das Kinder- und Jugendbüro Duderstadt



Du hast es geschafft!

Guten Appetit!