

Spaghetti Bolognese

Zeit gesamt
1h



Zubereitungszeit
1h



Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	2 St.
Karotten	2 St.
Stangensellerie	2 St.
Olivenöl	2 EL
Rinderhackfleisch	500 g
Tomatenmark	2 EL
Rotwein, trocken	125 ml
Tomaten, gehackt	400 g
Rinderbrühe	250 ml
Zucker	1 TL
Oregano, getrocknet	1 TL
Thymian, gerebelt	1 TL
Lorbeerblätter, getrocknet	2 St.
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Spaghetti	500 g
Parmesan	30 g
Basilikum, frisch	10 g

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlerer Topf, großer Topf, feine Reibe

1. Zwiebel und Knoblauch schälen und fein würfeln. Karotten und Sellerie waschen, schälen und fein würfeln.
2. Olivenöl in einer großen Pfanne oder einem Topf erhitzen. Zwiebeln, Knoblauch, Karotten und Sellerie bei mittlerer Hitze 5 Min. anschwitzen.
3. Hackfleisch zugeben und krümelig braten, bis es leicht gebräunt ist.
4. Tomatenmark einrühren und 1 Min. mitrösten. Mit Rotwein ablöschen, kurz einkochen lassen.
5. Stückige Tomaten, Fond, Zucker, Kräuter und Lorbeer hinzufügen. Auf kleiner Flamme 30 bis 45 Min. sanft köcheln lassen, gelegentlich umrühren.
6. Während die Sauce fertig wird, Spaghetti in reichlich Salzwasser bissfest kochen.
7. Lorbeerblätter entfernen, Sauce mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pasta mit Sauce anrichten, mit frisch geriebenem Parmesan und Basilikum toppen.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	839 kcal
Kohlenhydrate	111 g
Eiweiß	47 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	20 g