

Spaghetti Bolognese

Mit diesem Rezept kann man Kindern Gemüse "unterjubeln": Die klassischen Spaghetti Bolognese werden mit kleinen Karottenstückchen verfeinert.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 30 min



Zutaten

260 g	Spaghetti
260 g	Faschiertes
400 g	Tomaten (in Stücke geschnitten)
1 EL	Olivensaft
1 Prise	Zucker
1 Prise	Pfeffer
1 Prise	Salz
2 Stk.	Karotten
2 Stk.	Zwiebel
1 Stk.	Knoblauchzehe
0.5 Stk.	Suppenwürfel

Zubereitung

1. Die Karotten verleihen diesem Rezept für **Spaghetti Bolognese** eine zusätzliche Geschmacksnote. Zunächst die Karotten schälen und in feine Würfel schneiden. Die Zwiebeln abziehen und in feine Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und fein hacken. Die Tomaten heiß überbrühen, Haut abziehen, in Viertel schneiden, Kerne entfernen und in kleine Stücke schneiden (oder Dosentomaten verwenden).
2. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und das Faschierte darin rundum anbraten, mit Salz würzen.
3. Anschließend Karottenwürfel, Zwiebelringe, Tomatenstücke und Knoblauch in die Pfanne

geben und gut umrühren. Den Deckel aufsetzen und etwa 10 Minuten lang bei geringer Hitze garen lassen. Danach mit wenig Wasser ablöschen. Würzen mit Pfeffer, Salz, Suppenwürfel und Zucker. Weitere 5 Minuten köcheln lassen.

4. Unterdessen einen großen Topf mit Salzwasser aufkochen und die Nudeln darin al dente garen. In ein Sieb abgießen und mit der Bolognesesauce servieren.

Tipp

Die Spaghetti Bolognese sehen noch appetitlicher aus, wenn man sie mit frisch gehackten Kräutern garniert.