

Hell's Kitchen



Kochen mit KIDS

Hells Kitchen - Spaghetti Bolognese

Zutaten (2 Kinder)

Für die Sauce:

1 Zwiebeln
1 EL Olivenöl
125 g Hackfleisch
etwas Salz gemahlener Pfeffer
1/2 Dose geschälte Tomaten 400 g
1 Karotte
35 g Tomatenmark
70 ml Wasser

Für die Spaghetti:

1 TL Salz
250 g Spaghetti
1 EL Speiseöl

evtl. geriebener Parmesankäse

Zubereitung:

Für die Sauce: Zwiebeln abziehen und würfeln. Die Karotten klein schneiden und mit Olivenöl in einem Topf erhitzen. Zwiebel darin andünsten. Hackfleisch hinzufügen und unter ständigem Rühren etwa 5 Minuten anbraten. Dabei die Fleischklümpchen mit einer Gabel zerdrücken und mit Salz und Pfeffer würzen. Tomaten grob zerkleinern und mit dem Saft hinzufügen, gut verrühren und vorsichtig zum Kochen bringen. Die Sauce zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 10 Minuten kochen lassen, dabei gelegentlich umrühren.

Für die Spaghetti in der Zwischenzeit Wasser in einen weiten Topf zum Kochen bringen, Salz, Spaghetti und Speiseöl hinzufügen. Nudeln bissfest (al dente) garen, dabei gelegentlich umrühren, auf ein Sieb geben und abtropfen lassen. Nudeln mit Sauce servieren und nach Belieben mit Parmesan bestreuen.

Guten Appetit