

Lollo`s Kochstudio

Ich habe da mal was vorbereitet... an die Teller fertig los!



Wer mag sie nicht, Spaghetti Bolognese Art (SPABOLOS). Aber dazu habe ich ein Originalrezept (Ragu` alla Bolognese) entdeckt, dass man nicht mit Spaghetti, sondern mit Tagliatellen (Bandnudeln) serviert. Der Grund: Da hier kein Gehacktes verwendet wird und die Soße eher gröber ist, haftet sie nicht an die dünnen Spaghetti. Dieses Rezept ist leider nicht in meinem Kochbuch.

Rezept:

500 g	fein gewürfeltes Rinderfleisch (0,5 cm)
200 g	fein gewürfelter Pancetta (Schweinebauch) (0,5 cm)
100 g	fein gewürfelte Karotte
100 g	fein geschnittener Stangensellerie
100 g	fein gehackte Zwiebel
100 g	Tomatenmark
3 EL	Olivenöl, oder Pflanzen Creme mit Butteraroma
100 ml	Glas trockener Rotwein
100 ml	Glas Milch (nur bei Bedarf)
200 ml	Gemüsebrühe
1 TL	Salz und Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung:

- Den klein geschnittenen Sellerie, die Karotte und die Zwiebel werden im Öl angedünstet.
- Dann kommt der Pancetta (Schweinebauch) hinein. 10 Minuten köcheln lassen. Mit etwas Gemüsebrühe abschrecken.
- Danach das Rindfleisch hinzugeben und weiter köcheln lassen, bis Aromen am Topfboden entstehen.
- Jetzt den Rotwein hinzugeben und die Aromen vom Boden ablösen, danach das Tomatenmark mit etwas Gemüsebrühe unterrühren.
- Das ganze ca. 2-3 Stunden auf kleiner Hitze köcheln lassen, eventuell noch etwas Flüssigkeit hinzufügen.

Vorsicht: Der Sud sollte nicht zu dünn werden, damit es gut an die Bandnudel haftet! Eventuell mit offenem Deckel die Flüssigkeit beim Kochen wieder reduzieren!

Für eine mildere Note kann man bereits beim Anbraten statt Gemüsebrühe ca. 100 ml Milch hinzufügen und unterrühren.

Servieren: Tagliatellen (Bandnudeln) oder Krausbandnudeln

Der größte Teil der Arbeit besteht darin, das Fleisch in kleine Stücke zu schneiden. Ein sehr scharfes Messer erleichtert die Arbeit.

Man könnte sicherlich noch 400g geschälte Tomaten hinzufügen, aber dann wäre es nicht mehr das Original Rezept!

Zutatenvorbereitung

