

Spaghetti mit Hackfleisch-Gemüse-Bolognese

Für vier Portionen

800 g Hackfleisch, gemischt	1 Zwiebel	2 Knoblauchzehen
2 Möhren	1 Stange Lauch	1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote	400 g Spaghetti	Salz
3 EL Olivenöl	1 TL Zucker	2 EL Tomatenmark
100 ml Weißwein	300 g passierte Tomaten	1 Bund Basilikum
50 g Parmesan	Pfeffer	

Reichlich Wasser in einem großen Topf zum Kochen bringen.

In der Zwischenzeit die Zwiebel und den Knoblauch schälen und klein würfeln.

Die Möhren waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Lauch putzen, längs aufschneiden und gründlich waschen. Die Hälften nochmals längs halbieren und in kleine Stücke schneiden. Die Paprikaschoten waschen, halbieren, entkernen und in kleine Würfel schneiden.

Das kochende Wasser leicht salzen und die Spaghetti darin bissfest kochen.

Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen und die Zwiebeln mit dem Knoblauch darin anschwitzen. Möhren, Lauch und Paprika zufügen und darin anschwitzen. Mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen. Das Tomatenmark zugeben und kurz mit anrösten. Mit dem Weißwein ablöschen und alles gut verrühren. Die passierten Tomaten zugeben. Die Sauce fünf bis acht Minuten kochen lassen, bis das Gemüse gar ist.

Das Basilikum abrausen, trocken schütteln, einige Blätter zur Garnitur beiseitelegen. Die restlichen Blätter klein schneiden. Die Spaghetti abgießen und gut abtropfen lassen. Die Sauce nochmal mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Spaghetti und den Basilikum in die Sauce geben und unterheben.

Die Spaghetti in tiefen Tellern anrichten. Den Parmesan darüber hobeln und mit einigen Basilikumblättern garnieren.

Horst Lichter am 17. September 2016