

Bolognese-Soße

Für 4 Portionen:

50 g Bauchspeck	2-3 Zwiebeln	1 Möhre
1 Stangensellerie	200 ml Vollmilch	40 g Butter
1 EL Pflanzenöl, neutral	z.B. Sonnenblumen	1 EL Tomatenmark
1 Lorbeerblatt	1 Msp. Muskatnuss	Salz, schwarzer Pfeffer

Die 50 g Bauchspeck (Pancetta) in sehr kleine Würfel schneiden. 2-3 Zwiebeln und 1 Möhre schälen und in feine Würfel schneiden. Von 1 Selleriestange das Grün entfernen, waschen und in sehr feine Würfel schneiden.

Nun 1 EL Pflanzenöl in einem Topf erhitzen und darin die Bauchspeck- Würfel (Pancetta) für 1-2 Minuten andünsten. Im Anschluss die 40 g Butter, die Zwiebel-, Möhren- und Sellerie-Würfel in den Topf geben und alles auf mittlerer Stufe ca. 3 Minuten dünsten lassen. Gut umrühren, damit das Gemüse gut mit Fett überzogen wird.

500 g gemischtes Hackfleisch hinzugeben sowie 1 TL Salz und 1/4 TL schwarzer Pfeffer aus der Mühle. Das Fleisch mit einem Holzlöffel zerkrümeln und auf mittlerer Stufe garen bis es nicht mehr rot aussieht; nicht scharf anbraten, da es sonst trocken wird.

Im Anschluss 1 EL Tomatenmark unterrühren, mit 200 ml Vollmilch ablöschen und die Milch nahezu verkochen lassen; dabei 1 Messerspitze geriebene Muskatnuss hinzufügen und ab und zu umrühren.

400 g passierte Tomaten sowie 1 Lorbeerblatt dazugeben. Im Anschluss alles gut miteinander verrühren und bei mittlerer Hitze, mit halb geöffnetem Deckel mindestens für 20 Minuten köcheln lassen, dabei ab und zu umrühren und eventuell einen Schluck Milch oder Wasser hinzugeben. Zum Schluss noch mit Salz und schwarzem Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Hinweis:

In der italienischen Küche wird eine Bolognese-Soße mindestens 3 Stunden geköchelt. Je länger es köchelt umso mehr Geschmacksaromen entwickeln sich. Dabei ab und zu umrühren und gegebenenfalls etwas Milch oder Wasser hinzufügen.

NN am 23. Februar 2024