

PIKANTNI BOLONJEZE SOS ZA ŠPAGETE

Sastojci:

- ❖ 400gr integralnih špageta
- ❖ oko 400gr posnog mlevenog mesa
- ❖ 1 veća glavica crnog luka
- ❖ 200ml 100% pasiranog paradajza
- ❖ 1 kašika čili sosa (ili po ukusu)
- ❖ 2-3 čena belog luka
- ❖ 1 kašičica maslinovog ulja
- ❖ kalijumova (himalajska) so, biber i origano po ukusu



Priprema:

1. Špagete kuvajte prema upustvu na kesici.
2. Dok se špagete kuvaju, pripremite sos.
3. Crni luk iseckajte sitno, pa izdinstajte na malo maslinovog ulja.
4. Kad luk zamiriše, dodajte mleveno meso i kašiku vode, pa ostavite da se polako dinsta.
5. Povremeno mešajte, kako ne bi zagoreo, i kako bi se meso ravnomerno upržilo.
6. Kada meso promeni boju i omekša, dodajte pasirani paradajz i promešajte.
7. Ostavite da proključa, pa sklonite sa ringle.
8. Dodajte odmah čili sos, po ukusu – manje ili više od 1 kašike, pa dobro promešajte.
9. Zatim dodajte seckani beli luk i ostale začine, pa još jednom lepo promešajte.
10. Beli luk možete i da upržite, mada je ovako ukus intenzivniji, a i zdravije je.
11. Gotove špagete procedite, pa ih prelijte sosom i izmešajte.
12. Poslužite dok je toplo, a po ukusu odozgo izrendajte malo parmezana – on je uvek dobar dodatak, i uživajte!



Prijatno!