

Спагетти с мясным соусом по-болонски

Общее время **40 мин** 10 мин Время подготовки 30 мин Время приготовления

Пищевая ценность (на порцию):

3 485 кДж / 832 ккал

Жиры: **39 г** Белки: **47 г**

Углеводы: **72 г**

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 порции

300 г	спагетти
15 г	растительного масла
125 г	беконa или сала
500 г	домашнего фарша
200 г	моркови (3 моркови среднего размера)
125 г	сельдерея (2 стебля)
125 г	репчатого лука (1 маленькая головка)
3	зубчика чеснока, мелко порубленного
100 г	сливок (с жирностью 10–12 %)
400 г	консервированных резаных томатов
30 мл	<u>соевого соуса</u> <u>натурального брожения</u> <u>Kikkoman</u> листья свежего базилика

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

Разогреть масло на среднем огне. Выложить фарш обжарить его в течение 2 минут до золотистого цвета. Добавить бекон и перемешать. Продолжать готовить еще несколько минут до состояния готовности. Слить вытопившийся жир, воспользовавшись при необходимости ситом.

Шаг 2

Репчатый лук и чеснок мелко порезать и добавить в фарш. Морковь и сельдерей очистить, мелко измельчить и также добавить в фарш. Готовить 5 минут на среднем огне, часто помешивая.

Шаг 3

Добавить томаты, натурально сваренный соевый соус Kikkoman и сливки. Готовить еще примерно 5 минут до легкого загустения соуса. Попробовать на вкус и, если нужно, посолить и поперчить.

Шаг 4

Вскипятить воду в большой кастрюле, подсолить и сварить в ней спагетти до состояния «аль денте». Слить воду из спагетти в отдельную посуду, оставив 100 мл для дальнейшего использования. Спагетти выложить на большую сковороду, добавить в них отлитую воду и соус. Перемешивать на среднем огне в течение одной

минуты до готовности. Выложить спагетти на четыре тарелки и украсить листьями свежего базилика. Сразу подавать на стол.