

Das ultimative Sonntagsrezept: Spaghetti Bolognese



Ein Klassiker: Spaghetti Bolognese

Fotos: ©Martin Bischoff

Spaghetti Bolognese, da kommen Erinnerungen auf. Studenten WG, Maggi Fix, Räucherstäbchen und billiger Rotwein schieben sich auf der internen Festplatte nach vorne. Dass dieses typisch italienische Gericht aber auch selbst gemacht richtig „ehrlich“ schmeckt - ich habe bis jetzt noch keine wirklich Guten in einem Ristorante gegessen - das zeigt jetzt dieses Rezept. Hoffe ich.

Zunächst mal alles, was man so benötigt:

Spaghetti

Sellerie

Möhren

Zwiebeln

Schinkenwürfel

Knoblauch

Tomaten

Tomatenmark

Lorbeer

Oregano

Hackfleisch

Rotwein

Brühe

Parmesan

Zunächst brutschle ich die Zwiebeln in Olivenöl ordentlich an. Wenn die einigermaßen glasig ausschauen, werfe ich die Schinkenwürfel hinein. Die Möhren und der Sellerie werden geraspelt und mit angebraten. Die Tatsache, ob man am nächsten am öffentlichen Leben teilnehmen möchte oder eher nicht portioniert bei diesem Rezept den Knoblauch.



Das Gemüse wird angebrutschelt

Das Gehackte dazu und ordentlich schmurgeln lassen. Wenn man meint, es sieht gut aus kann man den roten Wein hineinkippen. Dieses Mal benötigen wir keine ganze Flasche, also den Rest wieder ab in den Koch. Eine Tasse Brühe dazu, ein, zwei Lorbeerblätter rein, gewürfelte Tomaten und Tomatenmark untermischen und ordentlich einkochen lassen. Circa eine halbe Stunde darf das Blubberblasen werfen.

Die Spaghetti „al dente“ kochen und auf einem Teller anrichten. Bolognese drüber, ein wenig Oregano anstreuen und frisch geriebenen Parmesan drüber. Tutto bene, das schmeckt mal richtig ordentlich und ist nicht so eingeweichte Pampe, wie es sie bei manchen Italiener gibt.



Ein Essen für zwei ...