

Bolognese-Soße

Für 4 Portionen

2-3 EL gutes Olivenöl	500 g Hackfleisch	100 g Speck, gewürfelt
1 m.-große Zwiebel	2 Knoblauchzehen	1 Stangensellerie
1 Karotte	2 EL Tomatenmark	240 ml Rotwein
400 g gestückelte Tomaten	360 ml Hühnerbrühe	240 ml Milch
2 TL Oregano, getrocknet	2 Lorbeerblätter	Muskatnuss
Salz, Pfeffer	2-3 EL Parmesan, gerieben	

Die Zwiebel, Knoblauch, Stangensellerie, Karotte und Speck fein würfeln und zur Seite stellen. Das Hackfleisch mit Küchenpapier abtupfen, damit das Fleisch möglichst trocken ist.

Das Öl in einem großen Topf erhitzen, das Hackfleisch dazugeben und in größere Portionen zer teilen, aber nicht gleich komplett zerbröseln. Das Fleisch braten bis die größeren Stücke außen leicht gebräunt sind; sodann aus dem Topf nehmen und zur Seite stellen.

Den gewürfelten Speck in den Topf geben und auslassen. Sobald der Speck kross und etwas gebräunt ist, die gewürfelten Zwiebeln, Knoblauch, Stangensellerie , Karotten dazugeben und alles anbraten bis das Gemüse weich ist.

Das Fleisch zurück in den Topf geben, das Tomatenmark dazugeben, gut verrühren und kurz mit anbräunen.

Den Wein zum Topf dazugeben, unterrühren und einkochen lassen. Die Flüssigkeiten sollten so gut wie komplett verkocht und das Fleisch in kleine Stücke zerfallen sein.

Die Tomaten, Hühnerbrühe und Milch dazugeben und unterrühren. Den Oregano, die Lorbeerblätter und Muskatnuss dazugeben. Mit etwas Salz und Pfeffer würzen und für 3 Stunden köcheln lassen. Sollte die Soße zu stark an Flüssigkeit verlieren, etwas Brühe dazugeben.

Die Soße darf einige Tage vorab zubereitet im Kühlschrank gelagert werden. Sie eignet sich auch gut zum Einfrieren (evt. portioniert).

Vor dem Servieren den Parmesan dazugeben und noch einmal mit Salz und Pfeffer abschmecken.

NN am 03. Juli 2024