INGEDIEND DOOR
LastGroove

ON
02-03-2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Bolognesesaus



Bolognesesaus is lekker, voedzaam en makkelijk te bereiden – zelfs midden in het bos.

Dit recept is voor 6 personen.

Door de tomaten uit blik te vervangen door tomatenconcentraat en water, kun je een grotere hoeveelheid saus maken.

Ingrediënten

- 3 uien
- 2 blikken tomaten (het mogen hele tomaten zijn – die zijn goedkoper en vallen toch uit elkaar door de hitte en het roeren)
- 500 g gehakt (250 g is ook voldoende)
- een halve tot hele bol knoflook
- zout en peper naar smaak
- basilicum en oregano (bij voorkeur vers)

Recept

Fruit de uien in een beetje vet tot ze zacht zijn

Voeg de tomaten uit blik en het gehakt toe aan de uien (je kunt het gehakt desgewenst eerst samen met de uien bakken; als je het samen met de tomaten toevoegt, is de kans kleiner dat het taai wordt).

Laat de saus ongeveer 5 minuten koken.

Voeg knoflook, zout en peper toe.

Haal de pan van het vuur.

Voeg de gehakte kruiden toe en roer alles goed door elkaar.

Serveertip

Bolognesesaus smaakt heerlijk met pasta (spaghetti in het bos kan een flinke rommel veroorzaken) of met een sneetje brood of aardappelen van het kampvuur.

Weitere Informationen

Tags
Recept

Leeftijd
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Aantal deelnemers
1–20

Bijbel
Deze informatie ontbreekt.

Duur
Er zijn geen gegevens beschikbaar.

Materiaal
Bijna moeiteloos

Bestanden downloaden
Geen downloads

KI Generierter Inhalt
Inhoud
Tags
Leeftijd
Aantal deelnemers
Bijbel
Duur
Materiaal

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/nl/wiki/art/bolognesesaus