



Bolognese van lamsgehakt

met spaghetti en versgeraspte kaas



ca. 20min



2 personen

Over de hele wereld eten we gehakt. In Nederland maken we er gehaktballen van en in de Turkse keuken beleggen ze er pides mee. De Italianen gebruiken bij voorkeur rundergehakt, zeker in de pasta alla bolognese, maar deze versie mag je absoluut niet overslaan. Juist dankzij onze keuze voor lamsgehakt krijgt deze saus een nog sterkere smaak en de geraspte Italiaanse kaas zet de puntjes op de i!

Wat je van ons krijgt

- 1x lamsgehakt
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 wortel
- 1 stengel bleekselderij ⁹
- 1 blik tomatenblokjes
- 5g verse tijm
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 250g spaghetti ¹
- 2 blokjes Italiaanse kaas ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- olijfolie
- peper en zout
- suiker

Kookgerei

- grote kookpan
- grote koekenpan of wok
- keukenrasp
- maatbeker
- waterkoker
- vergiet

Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), melk (7), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

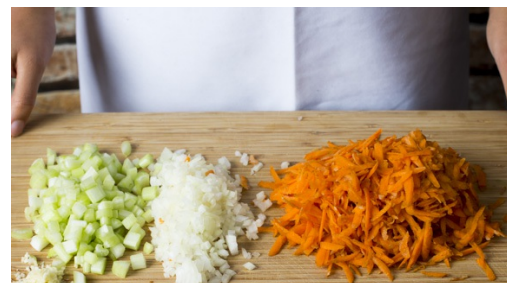
Voedingswaarde per portie

calorieën 989kcal, vet 32.8g, koolhydraten 113.6g, eiwit 55.6g



1. Gehakt aanbraden

Breng ruim water in een waterkoker aan de kook voor de **pasta**. Verhit 1-2tl olijfolie in een grote koekenpan of wok op middelhoog vuur en bak het **gehakt** in 5-6min rul en goudbruin. Breng het **gehakt** op smaak met zout en peper en schep het uit de pan. Zet opzij voor stap 4.



2. Ingrediënten voorbereiden

Pel en hak de **ui** en **knoflook** fijn. Rasp de **wortel** grof. Snijd de **bleekselderij** in blokjes.



3. Groenten bakken

Verhit de gebruikte koekenpan op matig vuur en bak de **ui**, **wortel** en **bleekselderij** in 3-4min zacht. Voeg de **knoflook** met 1/4tl zout toe en bak 1min mee.



4. Saus maken

Doe het **gehakt** met de **tomatenblokjes**, **tijmsteeltjes**, het **bouillonpoeder**, 100ml water en een flinke snuf suiker bij de **groenten** in de pan en breng al langzaam roerend de **bolognesesaus** aan de kook. Kook 8-10min op middellaag vuur tot een dikke **saus** ontstaat. Proef en breng op smaak met peper en zout. Vis de **tijmsteeltjes** uit de **saus**.



5. Spaghetti koken

Doe het zojuist gekookte water met 1-2tl zout in een grote kookpan en breng het water opnieuw aan de kook. Voeg **2/3e van de spaghetti** toe en kook de **pasta** in 7-9min beetgaar (gebruik meer **pasta** bij grote trek). Vang bij het afgieten een **kopje kookwater** op en meng de **pasta** met een scheutje olijfolie.



6. Pasta toevoegen

Voeg de **pasta** aan de sauspan toe en schep om. Voeg evt. een **scheutje kookwater** toe om de **saus** te verdunnen. Proef en breng de **pasta** op smaak met peper en zout. Schep de **pasta bolognese** op en rasp de **kaas** er fijn over.