



Snelle spaghetti bolognese

met verse tijm en geraspte kaas



ca. 25min



2 personen

Wil je zeker weten dat alle borden leeg zijn en de buiken goed gevuld, zet dan een spaghetti bolognese op tafel. De geur van gebakken ui, knoflook, selderij en wortelen, in combinatie met de tomatensaus, het sappige rundergehakt en verse tijm tovert een glimlach op het gezicht van jong en oud. En met de geraspte Italiaanse kaas zet je de puntjes op de i.

Wat je van ons krijgt

- 250g spaghetti ¹
- 1x rundergehakt
- 2 wortels
- 2 stengels bleekselderij ⁹
- 1 ui
- 1 teen knoflook
- 1 blik tomatenblokjes
- 5g verse tijm
- 1 zakje groentebouillonpoeder
- 2 blokjes harde kaas ⁷

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- suiker
- olijfolie

Kookgerei

- middelgrote kookpan
- grote koekenpan
- maatbeker
- keukenrasp
- zeef

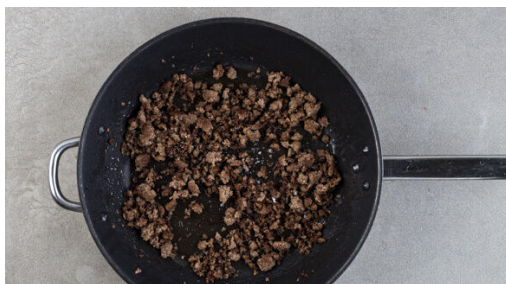
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 978kcal, vet 32.5g, koolhydraten 117.8g, eiwit 49.8g



1. Gehakt aanbraden

Kook in een middelgrote kookpan genoeg gezouten water voor de **pasta**. Verhit 1-2tl olijfolie in een grote koekenpan of wok op middelhoog vuur en bak het **gehakt** in 4-5min rul en goudbruin. Breng het **gehakt** op smaak met zout en peper en schep het op een bord. Bewaar de pan.



2. Ingrediënten voorbereiden

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



3. Groenten bakken

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



4. Saus maken

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



5. Spaghetti koken

Voeg de **pasta** toe aan het kokende water en kook in 7-9min beetgaar. Schep een **kopje kookwater** uit de pan, giet de **pasta** af en spoel om met koud water. 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 binden. Proef en breng de **pasta** op smaak met peper en zout. Schep de **pasta bolognese** op en rasp de **kaas** er fijn over.