

ΣΠΑΓΕΤΙ 'ΜΠΟΛΟΝΕΖ'
(Παραδοσιακή συνταγή Ιταλίας)
Από το βιβλίο: Children's World Cook Book

Η Ιταλία είναι διάσημη για τη μαγειρική της, ειδικά για τις μακαρονάδες, τις πίτσες και το παγωτό της. Υπάρχει μια τεράστια ποικιλία από Ιταλικά πιάτα, φτιαγμένα με φρέσκα ντόπια υλικά. Όπως και στη Γαλλία κάθε περιοχή έχει τις δικές της σπεσιαλιτέ.

Υπάρχουν εκατοντάδες διαφορετικά σχήματα ζυμαρικών, που σερβίρονται συνήθως με σάλτσες. Το «σπαγέτι μπολονέζ» είναι ένα διάσημο Ιταλικό πιάτο, που πρωτοφτιάχτηκε στην Μπολόνια της Βόρειας Ιταλίας. Συνδυάζεται με σάλτσα από κιμά. Τα μακαρόνια δεν πρέπει να παραψηθούν. Πρέπει να είναι 'al dente', δηλαδή μαλακά απ'έξω και πιο σκληρά από μέσα.

Υλικά

- 1 μέτριο κρεμμύδι
- 1 μέτριο καρότο
- 1 κλωνάρι σέλινό
- 1 σκελίδα σκόρδο
- 2 –3 κουταλιές λάδι
- 450γρ. κιμά βοδινό ή χοιρινό
- 400 γρ. ντομάτες αποφλοιωμένες σε κονσέρβα
- 2 κουταλιές πάστα ντομάτας
- μια πρέζα ρίγανη
- αλάτι και πιπέρι
- 340 γρ. σπαγέτι
- τυρί (συνήθως παρμεζάνα)

Σκεύη

- μαχαίρι κοφτερό
- σανιδάκι για κρέας
- σανιδάκι για λαχανικά
- κατσαρόλα
- μεγάλο κατσαρολάκι
- κουτάλι ξύλινο
- κουτάλι σούπας
- κουταλάκι
- ανοιχτήρι κονσέρβας
- λεκάνη
- σουρωτήρι
- τρίφτης
- πιάτο
- δοχείο για τα άχρηστα

Σειρά

Εργασίας

1. Καθάρισε και ψιλόκοψε το κρεμμύδι, το καρότο και το σέλινό.
2. Καθάρισε και λιώσε το σκόρδο.
3. Ζέστανε το λάδι σε ένα μεγάλο κατσαρολάκι.
4. Ρίξε ¹το κρεμμύδι, καρότο, σέλινό και σκόρδο, χαμήλωσε τη φωτιά και άσε να σιγοψηθούν και να μαλακώσουν.
5. Πρόσθεσε τον κιμά και ανακάτεψε συνεχώς μέχρι να ψηθεί.
6. Πρόσθεσε τις ντομάτες και την πάστα ντομάτας.
7. Πρόσθεσε τη ρίγανη, το αλάτι και το πιπέρι.

8. Σκέπασε με το καπάκι και άφησέ τα να σιγοψηθούν για 30 λεπτά. Ανακάτεψε κάθε τόσο για να μην κολλήσουν.
9. Εντωμεταξύ βράσε νερό σε μια κατσαρόλα και ρίξε το σπαγέτι να ψηθεί (όταν κοχλάσει το νερό). Άφησε τα να ψηθούν για 12 περίπου λεπτά.
10. Στράγγισέ τα στο σουρωτήρι πάνω από το νεροχύτη.
11. Τρίψε τυρί (παρμεζάνα συνήθως) και πασπάλισέ τα αφού τα σερβίρεις στο πιάτο μαζί με τη σάλτσα τους.