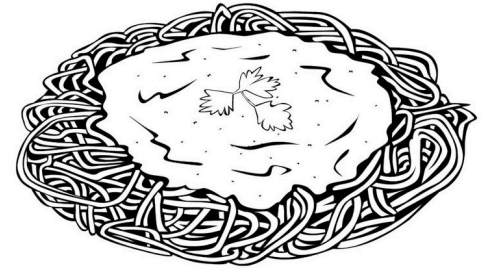




Pâtes Bolognaises



Liste des ingrédients (pour 8 personnes environ)

500g de spaghetti, 500 g de viande hachée maigre de bœuf, 2 oignons coupés en mirepoix (coupés en dés), 2 carottes coupées en mirepoix, 1 branche de céleri coupée en mirepoix, 3 gousses d'ail dégermées et hachées, 6 grosses tomates pelées et coupées en quartiers, 2 cuillers à soupe de concentré de tomate, 75cl de bouillon de bœuf préparé, 1 pincée d'origan, quelques feuilles de basilic frais, une feuille de laurier, 3 cuillers à soupe d'huile d'olive, sel, une pincée de piment d'Espelette ou de Cayenne.

Étapes successives de la réalisation

Faire cuire les Spaghetti

- Mettre de l'eau dans une grande casserole ou une cocotte
- Saler l'eau (gros sel)
- Porter l'eau à ébullition
- Plonger les pâtes dans l'eau et laisser cuire 10 minutes environ
- Une fois cuites, verser les pâtes dans un écumoire, les rincer puis les réserver.

Préparer la sauce

1. Mettre dans une grande cocotte : l'huile d'olive, les carottes, les oignons, le céleri, la feuille de laurier, le thym, l'origan et l'ail. Saler et poivrer. Laisser suer à couvert 10 minutes.
2. Mettre la viande en l'égrainant, les tomates puis laisser suer 10 minutes avant de mettre les 2 cuillers de concentré de tomate. Remuer et verser le bouillon de bœuf.
3. Porter à ébullition, saler et poivrer avec le poivre de Cayenne ou le piment d'Espelette.
4. Laisser cuire très doucement 2 heures (à feu doux) en veillant à ce que la sauce n'attache pas.
5. Cinq minutes avant la fin, ajouter le basilic frais et retirer, avec une grande cuiller, le peu de gras surnageant.