

## **Bologneser Sauce**

Diese Sauce eignet sich hervorragend zum Einfrieren. Da die Zubereitung durch die lange Kochzeit etwas langwieriger ist, lohnt es sich sie auf Vorrat zu kochen. So hat man auch immer eine Alternative, wenn man vegetarisch kocht und ein Fleischliebhaber mit am Tisch sitzt.

### **Zutaten für 4 Personen:**

- ▶ 1 Zwiebel
- ▶ 1 Knoblauchzehe
- ▶ 4 EL Olivenöl
- ▶ 500 g Rinderhackfleisch
- ▶ 100 g Sellerie
- ▶ 1 Möhre
- ▶ 150 g durchwachsener Speck
- ▶ 1 kleine Dose gehackte Tomaten
- ▶ Salz, Pfeffer, Lorbeerblatt
- ▶ 1/4 l Gemüsebrühe
- ▶ 1/4 l trockener Rotwein
- ▶ 2 EL Tomatenmark



### **Zubereitung:**

- ▶ Die Zwiebel und die Knoblauchzehe klein hacken.
- ▶ Olivenöl in einem breiten Topf erhitzen.
- ▶ Zwiebel und Knoblauch darin anbraten. Hackfleisch und Speck dazugeben.
- ▶ Sellerie und Möhre in kleine Würfel schneiden.
- ▶ Das Gemüse zum Hackfleisch dazugeben. Kurz mit anbraten.
- ▶ Salzen, Pfeffern.
- ▶ Die gehackten Tomaten und das Lorbeerblatt dazugeben.
- ▶ Mit Gemüsebrühe und Rotwein ablöschen.
- ▶ Tomatenmark unterrühren.
- ▶ Im offenen Topf mindestens 1 Stunde köcheln lassen. Dabei immer wieder umrühren. Bei Bedarf Flüssigkeit nachgießen.
- ▶ Zu langen Nudeln (wie Spaghetti) servieren. Mit Parmesan bestreuen.