

# Спагетти под соусом «Болоньезе»



## **Сами итальянцы не называют свой соус «болоньезе»**

В меню болонских ресторанов вы не увидите слов «спагетти болоньезе».

## **Болоньезе имеет серьезную родословную**

Это широко распространенное в наше время блюдо впервые было с любовью приготовлено итальянскими поварами в XVIII веке. В 1891 году один из вариантов болоньезе был занесен в кулинарную книгу «Наука кулинарии и искусство высокой кухни».

## **Настоящее место происхождения болоньезе – Имола**

Город Имола на западе провинции Болонья, является первым зарегистрированным местом приготовления рагу с этим соусом.



## **Блюдо содержит два вида мяса...**

Базу для приготовления болоньезе, согласно традиционному рецепту, составляет говяжий и свиной фарш. Многие кулинары добавляют панчетта – также один из известных продуктов итальянской кухни, который представляет собой кусок жирной свиной грудинки – придает ему особый копченый привкус.

## **...и гораздо больше свежих овощей**

Если вы думаете, что в болоньезе кладут всего лишь кучку консервированной томатной пасты, то знайте, что это вовсе не так – свежие и ароматные помидоры являются ключевым ингредиентом соуса.



## **Подойдет и красное, и белое вино...**

Самые известные повара за пределами Италии в течение многих десятилетий расточают для приготовления болоньезе бутылки Vino Rosso (сухое вино из лучших сортов итальянского винограда интенсивного красного цвета). Белое вино – тоже вполне приемлемый ингредиент, при условии, что оно сухое.

# Ингредиенты

Нам потребуется:

спагетти - 400 г

сыр пармезан - 70 г

фарш домашний (свинина-говядина) 50/50 - 600 г

лук репчатый - 2 шт

морковь - 1 шт

помидоры - 2 шт

чеснок - 3-4 зубчика

белое вино - 100 мл

молоко не менее 3,5 % - 200 мл

оливковое масло - 50 мл

томатная паста - 2 ст.л. или

смесь прованских трав

соль, перец

**Время приготовления: 60 мин.**  
**Калорийность в 100 г готовой пасты: 180 ккал.**



# Приготовление



Лук очистить и порезать мелким кубиком



Морковь очистить и натереть на крупной терке



На сковороде разогреть немного оливкового масла и спассеровать лук и морковь

К пассерованным овощам добавляю измельченный чеснок.



В сковороде разогреваю еще немного масла и обжариваю фарш. Фарш должен получиться мелкими крупинками. Для этого фарш нужно постоянно помешивать. К фаршу добавляю белое вино, и убавляю температуру. Выпариваю вино полностью, периодически помешивая. После того как вино полностью выпарится, надо добавить молоко и перемешать. Тушить пока вся жидкость не выпарится. Молоко придает блюду нежный сливочный вкус оттеняя кислоту вина и томатов. Пока тушится мясо, очистим помидоры. Для этого помидоры нужно залить крутым кипятком. И снять кожицу. Помидоры нарезаю мелким кубиком.





**Далее к мясу добавляю пассерованные овощи и томаты. Опять перемешиваю и выпариваю жидкость. Добавляю томатную пасту и опять хорошо перемешиваю. Закрываю крышкой и тушу.**

**За 15 минут до готовности, соус надо посолить, поперчить, добавить специи, также можно сухую или свежую зелень. Время приготовления соуса должно быть не менее часа.**



**Отдельно отвариваю спагетти в кипящей подсоленной воде до полуготовности.**

**Поливаю сверху соусом «болоньезе».**

**Подаю спагетти под соусом «болоньезе»**

**приправив зеленью.**



**СПАСИБО  
ЗА ВНИМАНИЕ!**

