

Ragù alla Bolognese

2008-10-03 13:41:43

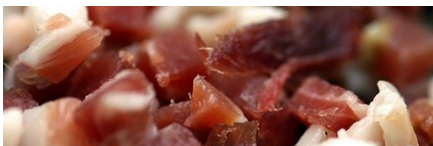
Die "Fleischsauce Bologneser Art" ist ein Klassiker der italienischen Küche und als Sauce zu Pasta sowie Grundbestandteil der Lasagne unverzichtbar. Die Zubereitung ist einfach, wenn auch etwas zeitaufwendig, denn nur wenn die Zutaten lange und langsam köcheln, ergibt sich die richtige Konsistenz und das unvergleichliche intensive Aroma. Leider ist das, was in italienischen Restaurants außerhalb Italiens als Bolognese angeboten wird, meist nicht viel mehr als eine mit Oregano und Salz überwürzte, fettige Hackfleischsauce. Ich bereite die Bolognese mit einem etwas höheren Gemüseanteil zu, dadurch wird sie aromatischer. Wichtig ist es, wirklich nur beste Zutaten zu verwenden – insbesondere die Qualität des Fleischs und des Specks sind entscheidend für das Ergebnis.



für ca. 4 Personen:

- 200g Hackfleisch vom Rind
- 50 g guten Bauchspeck
- 1 kleine Zwiebel
- 2 Stangen Staudensellerie
- 2 bis 3 Möhren
- 1 Glas trockenen italienischen Weißwein
- 1 Büchse Tomaten, stückig oder ganz (400 ml)
- 1 Tasse gute Fleischbrühe (Rinderfond), ca. 200 ml
- 1 bis 2 EL Tomatenmark
- Oregano (frisch oder getrocknet, ganze Blätter)
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- Olivenöl

1| Gemüse putzen und sehr fein hacken. Bauchspeck ebenfalls in feine Würfel schneiden. Gemüsewürfel in Olivenöl einige Minuten anschwitzen, ohne das sie Farbe annehmen. Hackfleisch und Speck zugeben und bei kräftiger Hitze zusammen mit dem Gemüse anbräunen. Dabei die Hackfleischmasse immer wieder mit einem Holzlöffel zerdrücken, sodass keine größeren Stücke entstehen.



2| Tomatenmark zugeben und unterrühren. Mit einem Glas Weißwein ablöschen und kurz reduzieren lassen. Tomaten aus der Büchse samt Saft sowie die Fleischbrühe zugeben. Mit Salz und Oregano würzen.

3| Das Ragù zugedeckt mindestens eine Stunde bei ganz schwacher Hitze köcheln lassen. Gelegentlich umrühren und bei Bedarf noch etwas Fleischbrühe angießen. Zum Schluss noch einige Minuten offen kochen lassen, mit Salz, frischem Pfeffer und Oregano abschmecken.

Das Ragù alla Bolognese kann jetzt als Sauce zu Pasta serviert werden (frischen Parmesan dazu) oder zu Lasagne weiterverarbeitet werden. Auch zu Gnocchi und Fleisch (Schnitzel) schmeckt die Sauce prima.