



Snelle spaghetti

Terwijl we zoveel mogelijk kilometers sparen voor Rondje Wereld, is het fijn als er tussendoor of erna een snelle, warme maaltijd op tafel getoverd kan worden..

Wat heb je nodig (voor vier personen)?

- 1 ui
- Een handjevol basilicum
- 2 el tomatenpuree
- 2 wortelen
- 400g spaghetti
- 1 rundsbouillonblokje
- 2 teentjes knoflook
- 400g gemengd gehakt
- 800g tomatenblokjes
- 2 blokjes bouillon (om de pasta in te koken)
- Olijfolie

Hoe ga je aan de slag?

Breng een ruime hoeveelheid water (ongeveer 2 liter) met de pastabouillonblokjes aan de kook en kook er de spaghetti in volgens de verpakking. Schil daarna de wortelen en snij ze in blokjes. Snipper de ui en bak deze samen met de geperste knoflook glazig in olijfolie. Voeg het gehakt toe en bak rul. Voeg nadien de wortelblokjes toe en roerbak 5 minuten. Schep de tomatenpuree onder het mengsel en bak nog 2 minuten verder. Voeg de tomatenblokjes toe, verbreek er de rundsbouillonblokjes bij en roer alles goed onder elkaar. Laat 10 minuten zacht pruttelen. Verdeel de pasta over de borden en schep er de bolognesesaus over. Werk af met de verse kruiden en peper. Smakelijk! Voor wie graag een versie met meer groentjes heeft: je kan ook courgette, aubergine, paprika en/of champignons toevoegen bij de wortelen. Voor een vegetarische versie laat je het gehakt weg.

