

# Spaghetti Bolognese

(für ca. 10 Personen)

## Zutaten:

- 100g durchwachsener Räucherspeck
- 2 Möhren
- 4-5 Stangen Staudensellerie
- 3 Zwiebeln
- 5 Knoblauchzehen
- 5 EL Butter
- 800 - 1000g gemischtes Hackfleisch
- 3 Dosen gehäutete Tomaten (je 400g)
- 500ml Fleisch- oder Gemüsebrühe
- Salz
- Pfeffer
- Oregano
- Spaghetti (pro Person ca. 100g)
- Parmesan

## Variationen:

- Zucchini
- Fenchel
- Mais
- Sahne

## Zubereitung:

Speck in kleine Würfel schneiden. Die Möhren schälen, den Sellerie waschen und putzen. Zwiebeln und Knoblauch schälen. Möhren, Sellerie, Zwiebeln und Knoblauch klein würfeln. In einem breiten Topf die Butter zerlassen. Wenn sie aufschäumt, den Speck und das Gemüse hineingeben und bei mittlerer Hitze ca. 3-4 Minuten anschwitzen. Das Hackfleisch dazugeben, mit einem Kochlöffel zerteilen und unter Rühren in ca. 10 Minuten braun und krümelig braten. Die Tomaten samt Saft unterheben und mit dem Kochlöffel zerdrücken. Die Brühe dazugießen. Mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen und zugedeckt bei kleiner Hitze 60 Minuten köcheln lassen. Eventuell Brühe oder Wasser nachgießen, falls Flüssigkeit fehlen sollte. Am Ende nochmals abschmecken.

Variationen: Der Sellerie kann auch durch Zucchini oder Fenchel ersetzt werden. Kinder mögen auch gerne Mais aus der Dose zu der Sauce. Wer es mag, kann die Sauce mit Sahne verfeinern.

Je nach Geschmack geriebenen Parmesan über das Gericht geben.

Das Essen gelingt ohne Probleme und schmeckt köstlich. Zudem können Kinder und Jugendliche beim Einkaufen, Vorbereiten und Kochen leicht miteinbezogen werden.