

Spaghettis sauce bolognaise

Ingrédients / pour 4 personnes

- 600 g de viande de bœuf hachée
- 1 boîte de tomates pelées de 800 g environ
- 2 oignons
- 2 gousses d'ail
- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 1 cuillère à soupe d'origan ou herbes de Provence
- quelques feuilles de basilic
- 2 à 3 morceaux de sucre (facultatif)
- piment de Cayenne (facultatif) ou paprika
- 1 cuil. à soupe de farine
- sel, poivre du moulin
- 400 g de spaghettis



PRÉPARATION

Préparation : 20 mn

Cuisson : 30 mn

- Dans une casserole ou un wok, faites chauffer l'huile d'olive et jetez-y les oignons détaillés. Faites-les cuire à feu doux le temps qu'ils deviennent translucides. Ajoutez l'ail détaillé à la fin juste le temps qu'il dore très légèrement sans qu'il ne brûle.
- Ajoutez la viande, faire griller quelques minutes, salez, poivrez. Bien mélanger avec les oignons.
- Mixer les tomates avec la cuillère de farine.
- Ajoutez le coulis de tomates et portez sur feu moyen. Laissez mijoter 20 minutes en ajoutant l'origan, le basilic, le sel, le poivre, le piment de Cayenne et le sucre selon les goûts.
- Baissez le feu en remuant pour faire réduire la sauce. Réservez.
- Mélangez le tout aux pâtes cuites al dente
- Parsemez de parmesan et servir.