



PASTA BOLOGNESE

6C, SPIKKESTAD BARNESKOLE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

1 stk	kneip (lokalprodusert)
400 g	pasta fusilli fullkorn
1 stk	chili
2 boks	hermetiserte tomater (økologiske)
1 stk	tomat
1 stk	gulrøtter (økologiske)
1 bunt	crispi salat (lokalprodusert)
1 dl	matolje
1 ts	salt
2 skive	fedd hvitløk

SLIK GJØR DU:

- |
- Pressa vitløken i en stekpanna med olivenolja. La hvitløken smelte? i oljen. NB den brennes lett og må ikke bli brun.
Riv gulrøttene og hell det over i stekepannen sammen med hvitløk og olje. Stekes sammen i ca 10 min. Ha eventuelt også i litt chili. NB ikke for mye då det fort blir for sterkt.
Hell i de krossade tomatene og rør om. La det koke sammen i ca 15 min.
Smake av med salt og litt pepper.
Koke opp pasta vann og hell i salt.
- Viktig att pasta vannet fosskoker innen man har i pastaen.
Når pastaen er ferdig (NB pastaen skal være litt hard og gir godt med tyggemotstand. Det kalles al dente?) Pastaen kokes ca 8-9 min. Prøve underveis så den ikke koker for lenge og blir for myk.
Hell av allt vann fra pastaen og tippe pastaen over i stekepannen med tomatsausen. Bland pastaen godt med tomatsausen.
Legg brødet på en stekeplate og ringla over olivenolje
Salte og pepre på brødet innen du setter det inn i ovnen. (ca 170 grader) NB brødet brenner fort
Server pastaen i skål med det ristede brødet ved siden av.
Nyt maten:-)