

# Boloňské špagety (kopie) (li)

Hlavní jídlo

(vytvořil\*a Irena Marková li)

<b>název</b>	<b>množství (na 1.0 porcí)</b>
Těstoviny - špagety nebo vrtulky	150 gramy
Maso - hovězí mleté	100 gramy
Sýr - Eidam 30%	25 gramy
Olej slunečnicový	15 mililitry
Mouka - hladká	5 gramy
Rajčatový protlak	0.5 kusy
Paprika mletá	0.5 gramy
Oregano	0.5 gramy
česnek granulovaný	0.5 gramy
Bazalka	0.5 gramy
Cibule [kus]	0.3 kusy
Bujón - hovězí	0.2 kusy
Kečup	0.1 kusy
Voda	

## návod k přípravě

Na oleji orestujeme mleté maso. Jakmile se trochu zatáhne, přidáme předem orestovanou cibulku a posypeme povrch paprikou. Promícháme důkladně s olejem a přidáme česnek. Na maso vyklopíme rajčatový protlak a promícháme. V troše teplé vody si rozmícháme hovězí bujón a nalijeme ho na maso s protlakem. Důkladně zamícháme, a přidáme koření podle chuti. Omáčku potom zahustíme kečupem a pokud je i tak stále řídká, přidáme mouku, kterou sypeme postupně do omáčky. (protože je omáčka řídká, nemusíme mouku rozmíchávat napřed ve vodě). Mezi tím si uvaříme špagety (na tábory doporučuji spíše vrtulky), které nesmíme zapomenout osolit a prolít olejem (aby se neslepily). Hotové jídlo můžeme ještě posypat nastrohaným sýrem.

## úkoly

recept nemá úkoly