

Der Nordstern unter den Pasta-Stars

Die traditionelle Sonntagspasta aus Norditalien bereitet man mit einer Sauce zu, die Tomaten, Suppengemüse und Ragout vereint. Das Schmorgericht wird als Secondo Piatto serviert.

Rezept: Philipp Wagner Foto: Pia Grimbühler



Tagliatelle al ragù


HAUPTGERICHT FÜR 4 PERSONEN

600 g Rinds- und Schweinsvoren
100 g Bratspeck
400 g Suppengemüse
(Zwiebel, Karotte, Sellerie)
4 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer
2 EL Tomatenpüree
1 TL getrocknete italienische Kräuter
1 dl Rotwein
5 dl Rindsbouillon
1 Dose Pelati à 400 g
500 g Tagliatelle oder Pappardelle
80 g Parmesan am Stück

1. Fleisch in Würfel à ca. 2 cm schneiden. Speck in Streifen schneiden. Zwiebel hacken. Sellerie und Karotte in Würfelchen schneiden. Fleisch im Öl rundum anbraten. Speck dazugeben, mitbraten. Gemüse dazugeben, ca. 3 Minuten mitbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Tomatenpüree und Kräuter dazugeben. Mit Wein ablöschen. Bouillon und Pelati dazugeben, Ragù zugedeckt 2–3 Stunden schmoren, bis das Fleisch weich ist.

2. Pasta in reichlich Salzwasser al dente kochen. Pasta mit Ragù und etwas Pasta-Wasser mischen. Mit Parmesan servieren.

ZUBEREITUNG

 ca. 30 Minuten

+ 2–3 Stunden schmoren lassen

Pro Person ca. 61 g Eiweiss, 27 g Fett,
99 g Kohlenhydrate, 3900 kJ/920 kcal



Deckel drauf!

Beim Kochen einen gut passenden Deckel auf die Pfanne setzen. Damit sparst du bis zu 40% Strom.