YoungstarsWiki.org

ENVIADO POR
LastGroove

ON
02/03/2013

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Salsa boloñesa



La salsa boloñesa es sabrosa, nutritiva y fácil de preparar, incluso en medio del bosque.

Esta receta es para 6 personas.

Si sustituyes los tomates en lata por concentrado de tomate y agua, podrás obtener una mayor cantidad de salsa.

Ingredientes

- 3 cebollas
- 2 latas de tomates en conserva (pueden ser tomates enteros, que son más baratos; de todos modos, se desharán con el calor y al removerlos)
- 500 g de carne picada (se puede usar incluso 250 g)
- media cabeza de ajo (o una entera)
- sal y pimienta al gusto
- albahaca y orégano (a ser posible, frescos)

Receta

En una pequeña cantidad de grasa, sofreye las cebollas hasta que se ablanden

Añade a la cebolla los tomates en lata y la carne picada (si lo prefieres, puedes sofreír primero la carne con la cebolla; si la añades junto con los tomates, es menos probable que se endurezca).

Cocina la salsa durante unos 5 minutos.

Añade el ajo, la sal y la pimienta.

Retira la olla del fuego.

Añade las hierbas picadas y remueve.

Cómo servirlo

La salsa boloñesa sabe muy bien acompañada de pasta (los espaguetis en el bosque pueden ensuciar mucho) o con una rebanada de pan o patatas asadas en la hoguera.

Weitere Informationen

Etiquetas
Receta

Edad
No hay datos disponibles.

Número de participantes
1–20

Biblia
Falta esta información.

Duración
No hay datos disponibles.

Material
Casi sin esfuerzo

Descarga de archivos
No hay descargas de archivos

KI Generierter Inhalt
Contenido
Etiquetas
Edad
Número de participantes
Biblia
Duración
Material

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/es/wiki/art/salsa-bolonesa