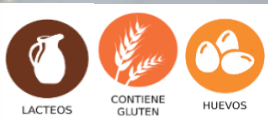
RecetaKA

BOLOÑESA DE CHAMPIÑONES



Ingredientes para 4 personas: 400 g de espaguetis / 300 g de carne de ternera picada / 250 g de champiñones laminados / 1 cebolla / 2 dientes de ajo / 1 pimiento rojo / 500 g de tomate natural triturado / orégano / 100 g queso rallado / aceite de oliva / sal / 1 cucharadita de azúcar



Elaboración de la pasta:

1. En una cacerola poner agua, un chorrito de aceite y poner a hervir con sal.
2. Una vez que hierva introducir la pasta. Cocinar el tiempo que señale el fabricante, teniendo en cuenta que ha de quedar “al dente”. Mover la pasta de vez en cuando para que no se pegue al fondo

Elaboración de la boloñesa de champiñones:

1. Picar finamente el ajo, el pimento, la cebolla. Picar los champiñones finamente
2. Pochar la cebolla, el ajo. Una vez tomen color añadir el pimiento y dejar pochar.
3. Salpimentar la carne. Cuando las verduras estén pochadas, añadir las carnes y cocinar unos minutos
4. Añadir el tomate triturado, sal y una cucharadita de azúcar. Cocinar unos 10 minutos más
5. Añadir los champiñones y el orégano, cocinar hasta que se integren los sabores
6. Añadir queso rallado a gusto y servir

Red de Escuelas de Cocina Infantil

Nota: *Al cocinar los niños tendrán que realizar tareas que no siendo realizadas con cuidado, conllevan riesgos (cortar, hervir, pelar...). Aunque en La Escuela aprenden a realizarlas con prevención, es importante que en casa los padres* ***supervisen, ayuden y se diviertan*** *cocinando con los niños*

Red de Escuelas de Cocina Infantil