

Macarrones con Salsa Boloñesa



✦ Ingredientes

Salsa boloñesa para 2 personas

- 200 gr. de carne picada de ternera
- 1 zanahoria
- 300 gr de tomate triturado
- ½ cebolla grande
- 1 vaso de vino tinto
- Albahaca
- 1 ajo
- 1 cucharadita de azúcar
- Aceite de oliva, sal y pimienta negra molida

Macarrones para 2 personas

- 200 gr macarrones
- Sal



✦ Preparación

Macarrones

Ponemos en una olla abundante agua a calentar. Cuando el agua empiece a hervir, echar la sal y un chorreón de aceite para que no se pegue la pasta. Echar los macarrones y dejar cocer sin tapar durante 8 – 10 minutos. Retirar y escurrir todo el agua sobrante.

Salsa Boloñesa (Bolognesa)

Cortamos la cebolla y las zanahorias en trocitos muy pequeños y la lavamos. En una sartén o cacerola con un poco de aceite de oliva que recubra toda la superficie, primero sofreímos la cebolla. Cuando esté un poco pochada, echamos la zanahoria pasados unos minutos y vamos removiendo de vez en cuando mientras se sofríe a fuego medio. Cuando esté toda la verdura pochada, la retiramos. Una vez retirada, yo la paso por la batidora, pero esto es opcional.

En el mismo aceite donde hemos sofrido la verdura, vamos a echar un diente de ajo cortadito en trocitos muy pequeños, y tras dos minutos echamos la carne picada. Con una cuchara de palo vamos removiendo para soltar bien la carne. Cuando esté casi hecha, vamos a echar la verdura batida y lo vamos a mezclar todo, moliéndole un poco de pimienta negra. Incorporamos también el vaso de vino tinto y lo dejamos a fuego algo fuerte durante un par de minutos hasta

Macarrones con Salsa Boloñesa



que se reduzca todo el alcohol, removiendo bien. Cuando el vino se haya reducido completamente, vamos a echar la albahaca, el tomate triturado y una cucharadita de azúcar para reducir la acidez del tomate. Dejamos todo sofríendose a fuego medio-lento y pasados unos minutos le incorporamos la sal. Podemos dejar la salsa sofríendose unos 10-15 minutos a a fuego medio-lento.