Les spaghettis à la bolognaise

# DSCN3319.JPGLes ingrédients :

* 1 cuillère à soupe d'huile d'olive
* 2 gousses d'ail
* 2 oignons
* 1 petite carotte
* 300g de viande hachée
* 2 boites de coulis de tomates ou de tomates concassées
* Epices à spaghettis, sel, poivre, basilic, origan...
* 250g de spaghettis

# Instructions :

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Eplucher les oignons et les gousses d'ail. 2. Laver la carotte, les oignons et l'ail. | DSCN3320.JPG |
| 1. Couper les carottes en petits dés et émincer les oignons et l'ail | DSCN3322.JPGDSCN3321.JPG |
| 1. Faire suer les légumes dans l'huile d'olive | DSCN3323.JPG |
| 1. Ajouter la viande hachée, la cuire en la coupant en petits morceaux à l'aide d'une fourchette. | DSCN3324.JPG |
| 1. Ajouter le coulis de tomate | DSCN3325.JPG |
| 1. Epicer, égoutter et rectifier l'assaisonnement 2. Laisser mijoter 20 minutes | DSCN3326.JPG |
| 1. Cuire les spaghettis | DSCN3330.JPG |
| 1. Egoutter les spaghettis après cuisson et les rincer | DSCN3331.JPG |
| 1. Servir les spaghettis avec la sauce et le fromage | téléchargement.jpg |

# Comment préparer les pâtes ?

## Règle d'or pour la cuisson des pâtes

Pour une bonne cuisson de vos pâtes il faut respecter la règle des "**dix, cent, mille**" c'est-à-dire 10g de sel, 100g de pâtes et 1l d'eau.

## cuiseur-pates-decompose.jpgLes ustensiles

Pour une bonne préparation de pâtes, il **faut une casserole assez haute** pouvant contenir une grande quantité d'eau ainsi qu'une cuillère en bois ou en silicone qui vous servira à mélanger les pâtes pour une cuisson homogène.

## Le procédé

* Dans votre casserole, mettez 1l d'eau, l'eau ne doit pas dépasser les 3/4 de la casserole. Portez-la à ébullition.
* Une fois que l'eau est à ébullition, ajoutez les 10 g de sel et diminuez le feu. Versez ensuite les 100g de pâtes.
* Respectez le temps de cuisson indiqué sur le paquet. Si vous n'avez pas de temps de cuisson, vos pâtes doivent être tendres à l'extérieur et dures à l'intérieur ("al dente").
* Egouttez ensuite vos pâtes dans une passoire. N'oubliez pas de rincer les pâtes pour arrêter la cuisson !