



## Boloňské špagety

### Ingrediencie

- 250 g mleté hovädzie mäso
- 1 balenie cestoviny
- 1 kus cibuľa
- 2 strúčiky cesnak
- 1 kus mrkva
- 1 plechovka krájané paradajky
- 2 lyžice olivový olej
- 2 lyžičky MAGGI Tekuté korenie
- 1 štipka soľ
- 1 štipka čierne korenie
- 4 lyžice syr parmezán

### Postup

1. Očistite mrkvu, olúpte cibuľu a nakrájajte ich na malé kocky. Rozpálenú panvicu pokvapkajte olivovým olejom a mrkvu s cibuľou začnite restovať. Po zmäknutí pridajte najemno nakrájaný cesnak a restujte ďalšie dve minúty, potom pridajte mleté hovädzie mäso.
2. Keď bude mäso pekne prepečené, pridajte konzervu paradajok, soľ, korenie a MAGGI Tekuté korenie. Na miernom ohni duste 20 minút.
3. Počas varenia omáčky si podľa návodu na obale uvarte MAGGI špagety. Po uvarení ich pridajte do teplej omáčky. Špagety s omáčkou posypte parmezánom, pokvapkajte olivovým olejom a ozdobte čerstvou bazalkou.

sacharidy	81.84 g
energie	572.43 kcal
tuky	13.06 g
proteín	30.19 g

🕒 45

⊕ 4