

Liebe Schüler,

**vielen herzlichen Dank
für eure Rückmeldungen und die tollen Bilder.
Uns freut es wenn euch die Rezepte
gefallen und schmecken.**

Gerne erfüllen wir auch eure „Wunsch Rezepte“.

Unser Rezept ist wieder für **4 Personen**:

- 🌀 Bitte schaut, dass ihr alle Zutaten da habt.
- 🌀 Dann zuerst alles herrichten.
- 🌀 Danach, ganz wichtig, wascht ihr eure Hände!



Bischof Sproll
Bildungszentrum
Biberach



Spaghetti mit Hackfleischsoße

Bitte bereitstellen;

- 1 Schälmesser
- 1 kleines Küchbrett
- 1 mittelgroße Pfanne
- 1 Pfannenwender
- 1 Esslöffel

Und so wird es gemacht:

- 1 große Zwiebel

- 250g frisches Hackfleisch
- 2 EL Öl

- 3 EL Tomatenmark
- 125ml warmen Wasser

- ¼ TL Salz,
- 1 Msp. (Messerspitze) Pfeffer (aus der Mühle)

- ¼ TL Oregano

Zum Kochen der Nudeln:

- 2l Wasser
- 2 TL Salz

- ½ EL Öl

- 1 kleine Rührschüssel
- 1 großer ,hoher Topf
- 1 Kochlöffel
- 1 Haarsieb

schälen, halbieren und in kleine Würfel schneiden. Dabei ist wichtig, dass der Wurzelansatz immer hinten liegt (oder grob reiben geht auch), vielleicht helfen Euch dabei eure Eltern. 😊 am besten gemischt (Rinder- und Schweinefleisch).

in die Pfanne geben.

Das Öl muss heiß sein (beginnt leicht zu rauchen). Nun sofort das Hackfleisch hinzugeben und anbraten (Achtung, es kann kurz spritzen. Danach immer wieder rühren, damit nichts anbrennt bis es „krümelig“ geworden ist.

Nun noch die Zwiebelwürfel hinzufügen und unter mehrmaligem Rühren anbraten.

mit

Verrühren und dann über das Hackfleisch gießen.

Anschließend mit

würzen.

Tipp: immer schwarzer Pfeffer nehmen, schmeckt viel aromatischer! ☺

Dann

zugeben. Lasst die Soße kurz aufkochen und dann 8 Minuten bei geringer (4-5) Hitze weitergaren.

in einen großen Topf geben und zum Kochen bringen.

dazugeben und

Tipp: Achtung: das Salz immer erst ins kochende Wasser geben. Wasser kocht dann schneller! ☺

ins Wasser geben.

Wenn das Wasser kocht, die Spaghetti hochkant in die Hand nehmen, mit der anderen Hand darüber fassen, drehen (wie „Mikado“ ☺) und dann vorsichtig in den Topf gleiten lassen.

Die Nudeln müssen mit der Zeit alle im Wasser sein.
Mit dem Kochlöffel dann vorsichtig am Boden rühren. Die
Hitze wieder reduzieren auf Stufe 3-4 und die Nudeln 8 - 10
Minuten köcheln lassen.

Die fertigen Nudeln mittels zwei Topflappen vorsichtig in ein
Sieb gießen. Kurz abtropfen lassen.

Nun auf dem Teller anrichten,
die heiße Soße darüber geben, und mit
und wer will mit
garnieren.

**50-80g geriebenem Käse oder Parmesan
2 Stängel Petersilie**

Guten Appetit

**Es wäre super, wenn ihr uns euer „Endergebnis“ wieder als Bild per Mail
schicken könntet.**

eengst@stiftungsschulamt.drs.de

Euer Herr Engst
Küchenleiter
Bischof-Sproll-Bildungszentrum Biberach

