

SAUCE BOLOGNAISE REVISITEE A L' AGNEAU (thermomix)



Pour mon Coup de cœur du dimanche une recette de **PETIT CHEF**
j'ai juste remplacé le céleri par des courgettes et ajouté ma petite touche

Ingrédients :

- 100 g carottes
- 100 g de courgettes
- 1 oignon jaune
- 2 gousses d'ail
- 4 c à s d'huile d'olive
- 500 g d'agneau
- 150 g de vin blanc
- 1 cube de bouillon de légumes
- 2 pincées de sel
- 1 pincée de poivre
- 400 g de spaghettis
- 500 g de coulis de tomate

Préparation :

- Mettre les carottes coupées en petits morceaux, les courgettes coupées en morceaux, 1 oignon jaune coupé en quatre et 2 gousses d'ail dans le bol
- Mélanger 5 secondes à vitesse 5
- Racler ensuite les parois du bol avec la spatule
- Ajouter 4 c à s d'huile d'olive dans le bol
- Cuire 7 minutes à 100°C vitesse cuillère
- Pendant ce temps, hacher la viande d'agneau
- Ajouter l'agneau haché, le vin blanc, 1 cube de bouillon de légumes, le sel, et le poivre dans le bol
- Chauffer 15 minute à 80°C vitesse cuillère
- Ajouter 400 g de spaghettis dans une casserole
- Cuire les spaghettis
- Ajouter le coulis de tomates dans le bol
- cuire 30 minutes à 90°C vitesse 1
- Égoutter les spaghettis verser dans un plat creux et napper de sauce

Si vous réalisez une de mes recettes, dites moi ce que vous en pensez afin que je puisse apporter des améliorations

THERMOMINOUX 2019

<http://thermominoux.over-blog.com>