

# Esparquete à Bolonhesa

Se pretender poderá seguir esta receita em video:



4 a 6  
– 7.00  
1h



## Acessórios



Picador



Misturador

## Ingredientes

500 gr de carne picada
450 gr de polpa de tomate
100 gr de chouriço / bacon
1 folha de louro

1 colher de chá pimenta
1 colher de sobremesa de orégãos
1 cebola
3 dentes de alho
2 colheres de sopa de salsa
50ml de azeite
1 colher de sopa rasa de sal
1 pacote de massa esparguete (500gr)
100gr queijo ralado

Preparação

10 min

50 min

1ª	<p><b>Molho:</b> Coloque o chouriço e ou o bacon na taça e programe velocidade 12 durante 30 segundos com o acessório picador. Reserve.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>(100gr de chouriço + acessório picador)</b></li> <li>• <b>(Velocidade: 12, Tempo: 30 segundos)</b></li> </ul>
2ª	<p>Descasque a cebola, corte-a aos bocados e coloque na taça com os alhos e a salsa, com a lâmina picadora. Programe na velocidade 11 durante 10 segundos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>(1cebola + 4 dentes alho + 2 colheres sopa salsa fresca + lâmina picadora)</b></li> <li>• <b>(Velocidade: 11, Tempo: 10 segundos)</b></li> </ul> <p><b>Dica:</b> Pode saltar esta parte utilizando 4 colheres de sopa bem cheias de <a href="#">Tempero Base</a></p>
3ª	<p>Substitua a lâmina picadora pelo acessório misturador. Verta o azeite e o chouriço/bacon na taça e selecione P1 de cozedura lenta a 130°C durante 5 minutos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>(+ 50ml azeite + chouriço/bacon + acessório misturador)</b></li> <li>• <b>(Programa: P1 cozedura lenta, Temperatura: 130°C, Tempo: 5 minutos)</b></li> </ul>

4ª	<p>Coloque a polpa, a carne, o louro, sal, pimenta, orégãos e programa P2 cozedura lenta 95°C durante 45 minutos com o acessório misturador.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (+450gr de polpa tomate + 500gr de carne picada + folha de louro + 1 colher de sopa de sal + 1 colher de café de pimenta + 1 colher de sopa de orégãos + acessório misturador)</li> <li>• (Programa: P2 cozedura lenta, Temperatura: 95°C, Tempo: 45 minutos)</li> </ul>
5ª	<p><b>Massa:</b> Enquanto a carne está a estufar, coloque numa panela <math>\frac{3}{4}</math> de água, 2 colheres de sopa de azeite e uma colher de sopa de sal. Quando a água ferver coloque a massa e mexa com um garfo durante alguns segundos para a massa não pegar. Deixe cozer durante 10min +/- Depois escorra a água e passe por água fria para parar o processo de cozedura sem que a massa arrefeça.</p>
6ª	<p>Sirva a massa, depois o molho e coloque o queijo ralado por cima</p>
<b>Dica:</b>	<p>para que tenha queijo ralado sempre disponível e poder adquiri-lo em promoção, congele-o. Para isso baste colocar no congelador assim que o comprar para que não fique colado. Vá descongelando à medida que precisar. Não necessita de descongelar a totalidade, basta tirar a quantidade pretendida. Mantem o sabor e a consistência.</p>
<b>Sug:</b>	<p>Pode guardar um pouco da carne picada e no dia seguinte fazer pizza com a restante. Verificar a receita da pizza à bolonhesa.</p>