reteta-video.ro

Sos Ragu alla Bolognese (Sos din Carne Tocata)

Sosul bolognese sau **sos ragu alla bolognese** este una dintre retetele clasice ale bucatariei italiene. In mod traditional, sosul cu tocata si suc de rosii, ingredientele sale de baza, este un **sos pentru paste sau lasagna**.

Secretul acestui **sos ragu bolognese** consta in fierberea indelungata, lenta, la foc mic si cu rabdare. In principiu, reteta si mo pregatire sunt extrem de simple, **sosul de rosii cu carne tocata** se gateste aproape singur, dar are nevoie de mai multe ore. Ca u eu prefer sa-l pregatesc in cantitati mai mari si sa-l pastrez, fie in frigider, fie in congelator. Asta pentru ca uneori nu am timp sau c stau ore bune in bucatarie si sa fierb **sosul de carne pentru paste**. Dar nici nu vreau sa-l cumpar din magazine, gata facut la borc primul rand, gustul si aroma unui sos facut in casa sunt incomparabile si nici nu contine ingrediente cu denumiri ciudate pe care nu le pronunt.

E drept ca necesita un timp lung de preparare, dar e un timp in care doar supraveghez **sosul de carne tocata pentru paste** sa nu prea mult si amestec in tigaie din cand in cand. Cat timp sosul fierbe la foc domol, pot sa fac orice altceva, chiar si sa bag o praji cuptor .

Se spune ca fierberea acestui sos ragu era incredintata portarilor, pentru ca il gateau incet pe un resou mic montat in ghereta intrare. Exista numeroase variante, drept sa va spun nu stiu care este reteta originala de sos bolognese, vorba aceea: "cate bo atatea obiceie". Ce pot insa sa va zic sigur este ca, dupa 3 ore de gatit, sosul sufera o transformare spectaculoasa! Ce arome si ce Iti vine sa uiti ca aveai in plan sa faci **sosul pentru lasagna** si iti vine sa bagi in tigaie un colt de paine (dar sa nu mai spuneti la nim fac asa!!!)

Va mai spun un secret: eu pregatesc **sosul de paste cu carne tocata** toamna, iarna si primavara, pana cand vine caldura. E practic sa scoti din congelator o caserola de sos bolognese din carne tocata sau un borcan din camara si sa-l pui peste niste paste asta fie ca e prea cald afara ca sa stai langa aragaz, fie ca ajungi acasa dupa o zi aglomerata si nu prea mai ai chef de nimic, dar tot iti este.

Stiu, timpul ne "omoara" pe toti, insa intr-un weekend mai linistit, faceti un efort si pregatiti-l acasa! Chiar merita! Sa va fie de folos!

Alte retete specifice bucatariei italiene gasiti aici:
Porchetta-Rulada de Porc la Cuptor
Pui Vanatoresc (Pui alla Cacciatora)
Frittata cu Mozzarella
Salata Panzanella (Salata de Rosii si Paine)
Tort Tiramisu
Panna Cotta cu Vanilie si Fructe

INGREDIENTE:
1 kg carne tocata de vita sau amestec de porc si vita
2 cepe medii
2 morcovi medii
2 tije de apio
700 ml de passatta
40 ml de ulei de masline
200 ml de vin alb sec
600 ml de supa de vita, de pui sau de legume (sau apa fierbinte)
o lingurita cu oregano (optional)
sare
piper proaspat macinat

SFATURI:
1. Carnea pentru sosul de paste. Cele mai multe retete recomanda folosirea carnii de vita sau de manzat in combinatie cu pance fel de slaninuta din piept de porc sarat, condimentat si uscat, insa sunt numeroase variante: cu carne de porc, pui, curcan sau gas fac sosul cu un amestec de carne tocata de vita si porc, din care cam 70% carne de vita.

2. Reteta de sos ragu alla bolognese inregistrata in 1982 de delegatia bologneza a institutiei Accademia Italiana della Cucina, sp
urmatoarele ingrediente: carne de vita macinata, pancetta, ceapa, morcovi, telina apio, pasta de tomate, vin rosu si, optional, lap
smantana sau supa de carne.

3. Daca vreti sa faceti **sosul cu carne de vita** si pancetta, aceasta se taie in cubulete si se rumeneste in putin ulei de masline.

4. In loc de **pancetta**, puteti folosi piept de porc crud sau bacon, kaiser.

5. Legumele pentru sosul de rosii si carne pentru paste sunt ceapa, morcovii si telina, insa se pregateste si cu ardei sau **ciuperci p**
a imbogati sosul.

6. Uleiul de masline poate fi utilizat simplu sau combinat cu unt (jumatate din cantitate ulei de masline si 30 g de unt).

7. Passatta poate fi inlocuita cu rosii in suc propriu sau un sos de rosii gros, facut in casa. Daca aveti rosii proaspete, merg foarte b

8. Supa de vita poate fi inlocuita cu supa de pui, supa de legume sau chiar si cu apa calda.

9. Vinul alb sec poate fi inlocuit cu vin rosu.

10. Condimente. Desi in reteta originala de sos bolognese se adauga doar sare si piper proaspat macinat, eu am pus si o lingu
oregano. Puteti sa folositi cimbru, frunze de dafin sau, daca vreti, si usturoi zdrobit.

11. Daca vreti, pentru a echilibra aciditatea rosiilor, puteti adauga in sos o lingurita cu zahar sau 100 ml de lapte dulce.

MOD DE PREPARARE:
1. Pregatire legume pentru sos de paste.
Tocam marunt ceapa. Taiem morcovii si tijele de telina in cubulete.
Intr-o tigaie, cratita antiaderenta punem uleiul de masline.
In uleiul incalzit punem ceapa, morcovul si telina.
Amestecam din cand in cand si calim legumele la foc mic, cat sa se inmoaie, fara sa se rumeneasca (cam 6-7 minute).

2. Pregatire sos de carne tocata pentru paste si lasagna.
Cand legumele sunt usor moi, adaugam carnea tocata.
Marim focul la mediu si cu o lingura din lemn desfacem cocoloasele de carne si amestecam bine. Amestecam pana cand carn
deschide la culoare si nu mai avem urme de carne cruda. In tot acest timp zdrobim continuu bulgarasii de carne.
Calim carnea impreuna cu legumele pana cand lichidul lasat de carne se evapora si avem un amestec uniform.
Turnam vinul alb sec, marim focul la mediu spre mare, ca sa se evapore alcoolul si sa ramana doar aroma din vin si fierbem 2-3 mi
Reducem focul la mediu si adaugam passatta.
Condimentam cu sare, piper proaspat macinat si oregano.
Turnam 300 ml de supa de vita calda si amestecam bine.

3. Gatire sos de carne tocata cu suc de rosii.
Acoperim tigaia, cratita cu un capac si lasam sosul sa fiarba la foc mic 90 de minute, amestecand din cand in cand.
Sosul trebuie sa fie destul de fluid, pentru ca din acest moment il fierbem pe foc foarte mic (abia abia sa clocoteasca) cel putin o
jumatate. In tot acest timp doar amestecam, din cand in cand.
Daca scade, mai adaugati supa sau apa calda.
Dupa cele 90 de minute, sosul a scazut.
Completam cu 300 ml de supa sau apa calda si lasam din nou la fiert alte 90 de minute, la foc foarte mic, cu capac, amestecand
fiecare 15 minute si verificand sa nu scada si sa se prinda de cratita.
Amestecam si desfacem cocoloasele de carne (daca mai sunt).
Gustam si mai condimentam, daca e nevoie, apoi il putem servi.

4. Servire si pastrare.
Sosul bolognese merge de minune cu paste: tagliatelle, pappardelle, fettuccine, rigatoni, penne sau canneloni, asta desi la nivel m
lumea stie de spaghetti a la bolognese . Este perfect pentru lasagna insa adaptat gusturilor romanesti poate fi servit si alaturi de o
musaca, clatite cu carne la cuptor, placinta cu carne, chiar cu cartofi fierti sau rumeniti la cuptor.
Pentru ca este un sos fiert indelung, eu prefer sa-l fac in cantitati mari, asta pentru ca se poate pastra in frigider 4 zile, in borcane i
ermetic.
Poate fi congelat in pungi sau cutii, pe care scrieti data si cantitatea, 3-4 luni.
La fel de bine, puteti pune sosul ragu in borcane sterilizate, exact asa cum procedati cu orice conserva pentru iarna. Dupa ce in
ermetic borcanele cu capace sterilizate le puneti sa fiarba in bain-marie timp de 45-50 de minute (din momentul in care apa ince
fiarba). Lasati borcanele in oala pana se racesc complet si a doua zi le puneti intro camara racoroasa, unde rezista 2-3 luni.

SFATURI:
1. Daca vreti sa folositi si cubulete de pancetta, bacon sau kaiser, le puneti sa se rumeneasca si sa-si lase grasimea in putin u
masline. Apoi le scoateti pe o farfurie acoperita cu servetele de hartie absorbanta. Pancetta se adauga apoi in sosul de carne imp
cu sucul de rosii si supa calda.

2. Daca doriti un sos mai fin, puteti rade morcovii.

3. La fierbere, o sa vedeti, carnea tocata are tendinta sa se adune. Trebuie sa zdrobiti continuu bulgarasii de carne, astfel incat sa c
o textura cat mai marunta si mai uniforma, specifica unui sos ragu bolognese.

4. Nu renuntati la vin, chiar daca faceti sosul de paste pentru copii. In 2-3 minute de fierbere la foc mare, alcoolul se evapora compl
sos ramane doar aroma.

5. Desi sosul bolognese contine carne tocata, care intr-o ora ar trebui sa fie gatita, prin fierberea lenta toate aromele se combina.

6. Daca folositi supa, este deja sarata, asa ca tineti cont de acest lucru atunci cand condimentati sosul pentru paste.

7. Sosul de carne tocata pentru paste si lasagna poate fi facut si la slow cooker, la temperatura mica, timp de 6 ore.

8. Daca pe durata gatirii sosul cu carne da semne ca scade prea mult, lichidul trebuie completat cu supa sau apa fierbinte si g
continuare, sub capac.

9. Daca sosul nu este destul de scazut, il mai lasam sa fiarba putin fara capac, pana cand are consistenta dorita.

10. Sosul nu trebuie sa fie foarte zemos. Bucatelele de carne trebuie sa fie fragede, sa nu se mai simta aproape deloc.

**Aceasta este recomandarea Reteta-Video pentru *Sos de Carne Tocata cu Suc de Rosii pentru Paste si Lasagna - Sos Rag
*Bolognese.***
POFTA BUNA!