HerZechef 👆



PLATOS PRINCIPALES

Espaguetis con salchichas de mi madre

4 raciones · 834 kcal

Ingredientes

- **2** o 3 cebollas
- **5** o 6 salchichas
- **250 gr** de salchichas frescas
- **500 ml** de tomate frito
- Aceite de girasol
- **120 gr** de espaguetis por persona
- Carne picada (mezcla 50-50 de ternera y cerdo)

POR RACIÓN

Proteínas	**36 g**
Grasas	**57 g**
Hidratos	**44 g**
Fibra	**4,5 g**

Elaboración

1. Añadir en un cazo un buen chorro de aceite de girasol
2. Añadir las cebollas, picadas o ralladas, y sofreírlas poco a poco hasta que queden totalmente caramelizadas
3. Una vez esté en este punto, añadir las salchichas enteras y sofreírlas hasta que cojan color
4. Una vez las salchichas estén en este punto, añadir la carne picada y sofreírla hasta que coja color
5. Una vez tengamos la carne picada y las salchichas en este punto, añadir la salsa de tomate
6. Mezclar todo y dejarlo cocinar a fuego lento durante unos 15 o 20 minutos
7. Mientras tanto, hervir los espaguetis en agua con sal a ebullición durante 9 minutos, escurrir y añadir a la cazuela
8. Añadir la salsa de boloñesa con salchichas por encima, mezclar todo

RECOMENDACIONES

Se puede utilizar el tomate frito que más guste.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de HerZechef 👆
cooknest.app/@locuraalgusto · Instagram @locuraalgusto