



De Kookjuf

Spaghetti met tomaten-vleessaus (voor 2 personen)

Ingrediënten		Materialen	
2 saucijzen	1 klein laurierblad	Parmezaanse kaas	weegschaal
1 kleine ui	mespunt	olijfolie	koekenpan of braadpan
1 teentje knoflook	cayennepeper	zout	kookpan
200 gr gepelde tomaten (blik)	200 gr spaghetti	zwarte peper	houten spatel
2 takjes peterselie	2 tomaten		vergiet
			rasp

Vorbereiding

1. Zet alle ingrediënten en materialen klaar.
2. Meet en weeg alle ingrediënten af.
3. Haal de schil van de ui. Snijd de ui doormidden en snipper deze.
4. Haal het velletje van de knoflook en pers de knoflook of snipper deze.
5. Was de tomaten onder de kraan, verwijder het kroontje en snijd de tomaat in kleine stukjes.
6. Was de peterselie, verwijder de takjes (gooi die weg) en hak de blaadjes fijn.
7. Neem een klein gedroogd laurierblad en doe dat in het schaaltje met de cayennepeper. Je voegt ze straks tegelijkertijd toe aan de saus.
8. Neem een blik gepelde tomaten. Giet die in een diep bord met het vocht en prak deze met een vork. Je gebruikt maar de helft, de andere helft mag afgedekt in de koelkast worden bewaard voor een ander gerecht.
9. Snijd de saucijzen open met een mesje en haal het worstvlees eruit. Gooi het vel weg, zet het worstvlees in een schaaltje afgedekt met een stukje folie in de koelkast tot gebruik.

Bereiding

1. Zet de braadpan op hoog vuur.
2. Doe er een eetlepel olijfolie in.
3. Bak het worstvlees rul door het met een houten spatel in kleine stukken te drukken.
4. Als de kleur van de worst verkleurt van rozerood naar bruingrijs, zet je het vuur halfhoog
5. Voeg nu de ui toe en bak deze enkele minuten mee. De ui wordt wat glazig en daarmee



De Kookjuf

- zachter, maar hoeft niet bruin te worden. Blijf voortdurend roeren om verbranden te voorkomen en om gelijkmatig te garen.
6. Bak de knoflook even mee.
 7. Voeg nu de tomatensaus toe, de verse tomatenstukjes en breng aan de kook.
 8. Als het mengsel kookt, zet je het vuur op de kleinste stand en doe je er de cayennepeper en het laurierblad bij.
 9. Laat 15-20 minuten zachtjes pruttelen met het deksel op de pan, controleer of er genoeg vocht bij zit. Het moet iets dikker worden als de tomaten gaar zijn. Denk aan dunne yoghurt qua substantie. Met 20 minuten smaakt de saus nog lekkerder.
 10. Doe 2 liter water in de kookpan, voeg een theelepel zout toe en breng aan de kook.
 11. Als het water volop kookt, doe je spaghetti erbij. Roer regelmatig door, zeker in het begin om plakken te voorkomen. Zet de timer op 1 minuut minder dan de geadviseerde kooktijd op de verpakking van de pasta. Zet alvast een vergiet in de spoelbak en zet een bord klaar. (of twee in het geval dat je een gast hebt, anders bewaar je lekker de helft voor een andere keer). Als de pieper gaat, vis je een spaghettisliert uit de pan en proef je of deze gaar genoeg is.
 12. Controleer ondertussen hoe het staat met je tomatensaus. Laat, als deze nog wat dun is, de laatste minuten zonder deksel pruttelen. Is deze te dik, doe er dan een paar eetlepels kookvocht van de pasta bij.
 13. Vis de laurier uit de saus.
 14. Maak de saus af met een paar slagen zwarte peper en een snufje zout. Doe niet teveel, eerst proeven, je kunt altijd kruiden toevoegen, maar er nooit meer uithalen.
 15. Doe de gehakte peterselie erbij.
 16. Proef of de saus naar wens is en maak op smaak af.
 17. Giet de spaghetti af. Verdeel deze over twee borden. Als je pasta voor een persoon maakt, kook dan ook maar pasta voor een persoon.
 18. Verdeel de saus over de pasta en rasp er wat Parmezaanse kaas overheen.
 19. Eet en geniet!