

Köttfärssås



Recept på mycket god köttfärssås serverad med ris.

Mycket god köttfärssås som går snabbt att göra. Smaksätt gärna med vitlök och chili, blir supergott! Köttfärssås är perfekt vardagsmat. Passar även bra till matlåda.

Tid: 20 minuter

Antal: 3-4 portioner

Denna rätt är lämplig för matlådor.

Ingredienser:

Smör eller olja att steka i

1 stor **gul lök**

400 g **nötfärs**

½ tsk **salt**

1 krm **svartpeppar**

400 g **krossade tomater**

1 msk **tomatpuré**

2 tsk **basilika** och/eller timjan

1 **köttbuljongtärning** eller 3 msk **kalvfond**

Utrustning du behöver:

Stekpanna

Stekspade/trägaffel

Skärbräda

Kniv

Vitlökspress (om du har, annars går det bra att skära vitlöken med kniven)

Gör så här:

1. Hacka den gula löken. Hetta upp en stekpanna med smör eller olja.
2. Stek den hackade löken och färsen i stekpannan på medelvärme utan att det blir bränt. Finfördela färsen med en stekspade eller trägaffel. Tillsätt mer smör eller olja om det behövs. Strö över salt och peppar.
3. Häll på krossade tomater, tillsätt tomatpuré, basilika och kalvbuljong. Pressa över vitlök (eller finhacka och strö över).
4. Rör om och låt småkoka ca 10 minuter. Smaka av med salt och svartpeppar.
5. Koka under tiden ris eller pasta av valfri sort om du vill ha det och förbered grönsaker.