

SAUCE À SPAGHETTI À LA VIANDE



- 2 c. à thé d'huile d'olive
- 1 livre de bœuf haché maigre
- 1 oignon moyen, haché finement
- 4 gousses d'ail fraîches, hachées (4 cuillères à thé)
- 1 boîte de sauce tomate (680 ml)
- 1 boîte de pâte de tomate de 6 onces (12 c. à soupe ou 3/4 tasse)
- 1/2 c. à thé de moutarde préparée (facultatif)
- 1 1/2 tasse d'eau

Garniture: Parmesan frais râpé facultatif

Assaisonnements:

- 1 1/2 c. à soupe d'origan
- 1 c. à thé de piment en poudre (ou 1/2 c. à thé de flocons de piment rouge)
- 1 c. à thé de sucre (ou plus au goût)
- 1 c. à thé chacun, sel et poivre noir
- 3 feuilles de laurier

-Chauffer l'huile à feu moyen-vif dans une casserole moyenne à grande et faire sauter les oignons pendant 3 minutes jusqu'à ce qu'ils soient translucides. Ajouter le bœuf haché et séparer avec une cuillère en bois. Faire sauter la viande pendant 3 à 4 minutes jusqu'à ce que tout le rose ait disparu..

-Ajouter l'ail et faire revenir 1 minute .

-Ajouter la sauce tomate, la pâte de tomate, la moutarde (le cas échéant) et tous les assaisonnements.

-Ajouter 1 1/2 tasse d'eau . Remuer pour combiner. Laisser mijoter à feu moyen-doux (environ 3 sur 10) pendant 1 heure, partiellement couvert, avec le couvercle légèrement entrouvert. Pendant que la sauce cuit, remuez à mi-cuisson pour vous assurer que la sauce ne brûle pas au fond de la casserole. Goûter et rectifier les assaisonnements. Si la sauce est trop épaisse, ajoutez un peu d'eau.

-Cuire les spaghettis al dente (ou plus doux si préféré) dans de l'eau salée Déposer des portions de spaghetti dans des assiettes ou des bols et verser généreusement la sauce. Ou mélanger les spaghettis avec la sauce à la viande et servir dans un grand bol familial. Passez du parmesan fraîchement râpé comme garniture.

-Bon appétit.

Publié par [Le coin recettes de Jos](#)