Vařený květák s boloňskou omáčkou

Kategorie: Maso

Autor: avelebova

Suroviny

- olej 4 lžíce
- cibule 1 ks
- mrkev 200 g
- česnek 2 stroužek
- mleté vepřové maso 600 g
- Rajský protlak 2 lžíce
- mletá paprika 1 lžička
- sůl 1 špetka
- pepř 1 špetka
- loupaná sekaná rajčata 2 plechovka
- práškový cukr 1 špetka
- velký květák 1 ks
- kerblík na ozdobu 1 ks

Doba přípravy: 55 min

Obtížnost: Středně obtížné

Způsob přípravy: Vaření

Země: Česká republika

Postup:

Na oleji orestujeme nakrájenou cibuli, pak přidáme kostičky mrkve, nasekaný česnek a nakonec maso. Vše orestujeme asi 8 minut, dokud se maso nezačne rozpadat na hrudky.
K masu přidáme protlak, mletou papriku, sůl, pepř a krátce osmahneme. Vmícháme rajčata a pozvolna vaříme ještě asi 30 minut. ke konci vaření omáčku dochutíme cukrem.
Očištěný květák rozebraný na růžičky vložíme do vroucí osolené vody, vaříme asi 10 minut a poté scedíme. Podáváme ho s boloňskou omáčkou a zdobíme kerblíkem.