



HACHIS PROTANEO - SIMPLEMENT BON

Bolognaise avec hachis Protaneo

Bolognaise avec hachis Protaneo




Ingrédients (4 Pers.)

120 g	Hachis Protaneo *
1	Oignon (finement haché)
1	Gousse d'ail (finement hachée)
100-120 ml	Bouillon de légumes
1 filet	Vin rouge / jus de betterave
2-4 cs	Purée de tomates
1 boîte	Tomates concassées
	Sel aux herbes, paprika fumé, poivre

Préparation

- 1 Hacher l'oignon et les gousses d'ail et les faire revenir dans une poêle avec un peu d'huile.
- 2 Ajouter le hachis Protaneo et le faire revenir, puis le déglacer avec le bouillon et le vin rouge / jus de betterave.
- 3 Assaisonner selon votre choix. Recommandation : paprika fumé.
- 4 Ajouter les tomates concassées et la purée de tomates, laisser mijoter quelques minutes et rectifier l'assaisonnement.

La recette de base de la bolognaise peut également être utilisée pour les lasagnes, les poivrons farcis, etc. Laissez libre cours à votre imagination !

-  **Conseil :** Le hachis Protaneo ne contient pratiquement pas de graisse, une plus grande quantité d'huile peut s'avérer nécessaire.

ECO-SCORE beelong.ch



* L'échelle ECO-SCORE® et la certification IP-SUISSE sont uniquement attribuées au produit « Hachis Protaneo ».



protaneo