

Dagens middagstips: Köttfärssås och spagetti

Jag vet att jag skrivit om den här köttfärssåsen tidigare, men den slår verkligen alla rekord. Barnen äter som hästar, och vi brukar få slåss om vem som ska få den enda matlådan som blir över.

Köttfärssås och spagetti

4 personer

400 g köttfärs

0,5 dl tomatpuré

1 gul lök

1-2 vitlöksklyftor

1 tetra krossade tomater eller 2 burkar

Olivolja

Salt och peppar

Färska örter

Ev. parmesan

Hacka löken och fräs i olivolja. Lägg i färsen och stek ett par minuter. Tillsätt tomatpuré, riven vitlök, salt och peppar. Häll i de krossade tomaterna och låt puttra i 5 minuter. Lägg i färska örter, t.ex. basilika, timjan eller oregano och servera med fullkornspasta, ev. hyvlad parmesan och en god sallad.

Smaklig måltid!