



Espaguetis a la boloñesa (textura modificada)

Ingredientes (para 2 raciones)

- 120 g de pasta seca
- 100 g de cebolla
- 90 g de carne picada de cerdo
- 100 g de tomate triturado
- 350 g de leche semidesnatada
- 60 g de agua
- 2 c/s de aceite de oliva virgen extra
- 1 hoja de laurel
- Sal
- Pimienta

Elaboración

1. Picar y sofreír la cebolla en una sartén con una cucharada de aceite. Añadir el agua y bajar el fuego. Dejar cocer hasta que quede bien blanda. Añadir la carne picada, el tomate triturado, salpimentar y dejar cocer a fuego muy lento.
2. Aparte, cocer la pasta con una hoja de laurel hasta que esté blanda (cocer más de lo habitual). Retirar la hoja de laurel, escurrir y triturar con la leche, sal, pimienta y una cucharada de aceite.
3. En otro recipiente triturar la mezcla de carne y salsa hasta que no queden grumos.
4. En un plato servir la pasta debajo y encima el triturado de salsa y carne.
6. Mezclar ambos triturados antes de comer.

Recomendaciones

Es importante dejar cocer a fuego muy bajo la cebolla para que no se tueste y quede bien blanda, y para que no queden grumos en el triturado final.