

# Espaguete à bolonhesa (textura modificada)



## Ingredientes (para 2 porções)

- 120 g de massa seca
- 100 g de cebola
- 90 g de carne de porco ou de boi moída
- 100 g de tomate triturado
- 350 mL de leite semidesnatado
- 60 mL de água
- 2 colheres (sopa) de azeite de oliva extra virgem
- 1 folha de louro
- Sal
- Pimenta

## Preparo

1. Picar e refogar a cebola em uma frigideira com uma colher de sopa de azeite. Adicionar a água e abaixar o fogo. Deixar cozinhar até que fique bem macia. Adicionar a carne picada, o tomate triturado, temperar com sal e pimenta e deixar cozinhar em fogo bem baixo.
2. À parte, cozinhar a massa com uma folha de louro até que fique macia (cozinhar mais que al dente). Retirar a folha de louro, escorrer e processar com o leite, sal, pimenta e uma colher de sopa de azeite.
3. Em outro recipiente, processar a mistura de carne e molho até que fique homogêneo, sem grumos.
4. Servir a massa em um prato, com o molho de carne e molho de tomate por cima.
5. Misturar os dois purês antes de comer.

## Recomendações

É importante deixar a cebola cozinhar em fogo bem baixo para que não torra e fique bem macia, e para que não fiquem grumos no momento final de processar.