

## Helens Bolognese

**Barbara Lukesch, Zollikerberg:** «Ottolenghi hat mich schon oft glücklich gemacht. Dieses Bolognese-Rezept aus seinem Kochbuch «Comfort» ist so speziell und toll, dass ich es gern mit Ihnen teile.»

Zutaten (für 4 Personen)	Zubereitung
75 ml Erdnussöl (Olivenöl geht auch) 1 Zwiebel feingewürfelt (180 g) 1 grosse Karotte, geschält und fein gewürfelt (125 g) 1 Stange Staudensellerie, fein gewürfelt (75 g) 2 Sternanis 1 Zimtstange 2 Lorbeerblätter 1 ½ TL Sichuan-Pfefferkörner (im Mörser grob zerstoßen) 1 TL Fenchelsamen (im Mörser grob zerstoßen) 500 g gehacktes Schweine- oder Rindfleisch oder beides 3 Knoblauchzehen zerdrückt 40 g Ingwer geschält und fein gehackt 2 EL Shaoxing-Reiswein (Noilly Prat tut's auch) 100 g Toban Djan (Chili-Bohnen-Sauce aus dem Glas, im Internet oder Asia-Shop erhältlich) 50 ml helle Sojasauce 310 ml Wasser 1 EL Speisestärke wie Maizena 7 Frühlingszwiebeln, in feine Ringe geschnitten (75 g) 360 g Pappardelle (ich habe Spagettini und einmal Penne genommen, schmeckt beides ebenfalls wunderbar) Gurken-Beilage: 1 grosse Gurke, in dünne Stifte geschnitten 2 EL Reissessig 1 TL flüssiger Honig 1 TL Sesamöl	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Das Öl in einem Topf bei mittlerer Temperatur erhitzen. Sobald es heiss ist, Zwiebel, Karotte, Sellerie, Sternanis, Zimt und Lorbeer darin unter häufigem Rühren 5 Minuten braten.</li><li>2. Die Sichuan-Pfefferkörner und die Fenchelsamen hinzufügen. Alles 5 Minuten weiterbraten, ab und zu umrühren, bis das Gemüse etwas Farbe annimmt.</li><li>3. Den Topf vom Herd nehmen und das Gemüse auf einen Teller heben. Öl und andere Rückstände im Topf lassen.</li><li>4. Den Topf bei mittlerer bis grosser Hitze auf dem Herd lassen. Fleisch, Knoblauch und Ingwer einrühren. Unter gelegentlichem Rühren 5 bis 7 Minuten braten, bis das Fleisch leicht gebräunt ist. Den Reiswein angiesen und 1 Minute verkochen lassen. Toban Djan, Sojasauce und 250 ml Wasser einrühren. Alles mit schräg aufgelegtem Deckel bei mittlerer bis schwacher Hitze etwa 25 Minuten köcheln lassen. Gelegentlich umrühren. (Ich habe etwas Wasser nachgiessen müssen, weil die Sauce anzubrennen drohte)</li><li>5. Während die Fleischsauce köchelt, die Speisestärke mit den restlichen 60 ml Wasser verrühren. Beiseitestellen.</li><li>6. Gegartes Gemüse mit Frühlingszwiebeln und angerührter Stärke in die Sauce mischen. Das Ganze offen noch 5 Minuten köcheln lassen.</li><li>7. Inzwischen die Zutaten für die Gurke mit ¼ TL Salz in einer kleinen Schüssel vermischen und beiseitestellen.</li></ol>

Salz

Zum Servieren:

Korianderblätter, grob zerzupft

Gerösteter Sesam

8. Die Teigwaren al dente kochen, dann auf Teller verteilen. Die Fleischsauce daraufschöpfen und etwas Gurke daraufsetzen. Mit Korianderblättchen und Sesam bestreuen.

En Guete! Die Sauce hat eine gewisse Schärfe, der man mit ein, zwei Esslöffeln griechischer Jogurt zu Leibe rücken kann.

