



Hozzávalók:

3-5 evőkanál olaj, 1 vöröshagyma, 20-25 dkg csiperkegomba, 20-25 dkg szeletelt gépsonka, 1 mokkáskanál őrölt fekete bors, 15-18 dkg sűrített paradicsom (paradicsompüré), 1 púpozott kiskanál kristálycukor, 1-1 mokkáskanál szárított origano, bazsalikom és kakukkfű (a frissek még jobbak), 32-40 dkg spagetti, só, 50 dkg kicsontozott borjúkaraj, 5-5 szelet gépsonka és sajt, 8 dkg finomliszt

(Graham-liszt vagy zabpehelyliszt is lehet), 2 tojás, 6 dkg reszelt sajt, 12 dkg zsemlemorzsa a hús sütéséhez:

bő olaj

a tetejére:

10 dkg reszelt trappista sajt

1. A hagymát és a gombát megtisztítjuk, az előbbi finomra aprítjuk, az utóbbit félbevágjuk, és felszeleteljük, de vághatjuk vastagabb csíkokra is. A sonkát vékony csíkokra metéljük. A hagymát egy lábasban az olajon kis lángon 3-4 perc alatt megfonnyasztjuk. A gombát és a sonkát hozzáadjuk, nagy lángon 4-5 percig piritjük. Megborsozzuk, fél kiskanál sóval ízesítjük. A paradicsompürét belekeverjük, a cukorral ízesítjük, 3 deci vízzel hígítjuk. Az origanót, a bazsalikomot meg a kakukkfűvet belemorzsoljuk. 2-3 percig forraljuk, hogy a leve egy kicsit besűrűsödjön.

2. A spagettit enyhén sózott, forrásban lévő vízben az előírás szerint megfőzzük, lecsöpögtetjük.

3. Közben a húst 5 szeletre vágjuk, vékonyra kiverjük, megsózzuk, mindegyikre 1-1 szelet sonkát és sajtot fektetünk, félbehajtogatjuk. A lisztbe, a fölvert tojásba meg a sajttal összekevert morzsába forgatjuk. Forró olajban oldalanként kb. 2-2 perc alatt ugyanúgy sütjük ki, mint a hagyományos rántott húst, végül lecsöpögtetjük.

4. A leszűrt spagettit a gombás-sonkás raguval összekeverjük, megforrósítjuk, tányérokra halmozzuk, végül a sonkával sajttal töltött rántott húst a tetejére rakjuk. Reszelt sajttal megszórjuk.

Jó tanácsok

- Spagetti helyett makarónit is használhatunk.

- Ha a spagettit előre megfőzzük, hideg vízzel leöblítjük, lecsöpögtetjük és egy kevés olajjal

összekeverjük, hogy ne tapadjon össze. Tálalás előtt a raguval összekeverjük, megforrósítjuk.

5 főre

Elkészítési idő: 1 óra

Egy adag (körettel): 1210 kcal