



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

[Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi](http://lezzetler.com)

BOLONEZ SOS (İTALYA)

250 gr yağsız kıyma
125 gr kıyılmış tavuk ciğeri (istenirse)
500 gr domates (kabukları soyulmuş ve doğranmış)
2 çorba kaşığı tereyağı
1 çorba kaşığı rafine yağ
1 orta boy soğan (ince doğranmış)
1 havuç (kazınmış ve kıyılmış)
1 küçük kereviz (kabuğu soyulup ince kıyılmış)
2 çorba kaşığı domates salçası
400 gr (2 su bardağı) tavuk suyu
1 defne yaprağı
1 çay kaşığı tuz
kahve kaşığının ucuyla karabiber

Tereyağı ve rafine yağı orta büyüklükte bir tavada eritiniz. Köpükleri kaybolunca soğan, havuç ve kıyılmış kereviz sapını ekleyip karıştırarak 8-10 dakika, sebzelerin rengi koyulaşana kadar pişiriniz.

Kıymayı tavaya koyup karıştırarak 10 dakika, rengi koyu kahverengi olana kadar pişiriniz.

Karıştırmaya devam ederek tavuk ciğerlerini (istenirse), domatesleri, domates salçasını, tavuk suyunu, defne yaprağını, tuz ve biberi ekleyip ateşi kısınız; sosu 1 saat kadar pişirdikten sonra ateşten alarak defne yaprağını çıkarıp atınız.

Sosu makarnaya döküp servis ediniz.