

Kok aan Huis: Het maken van een Pasta Bolognese.

Vandaag in deel 2 van onze kookrubriek van Kok aan Huis gaan we zien hoe we een Pasta Bolognese kunnen maken. Birgit Flüg, onze TV kok, zegt er het volgende over op haar [website](#).



Een Groente-Gehaktsaus is een goede manier om veel groenten te eten. Vlees eten we al genoeg, maar het zijn de groenten die ons van zo veel voedingsstoffen voorzien (vitamines, mineralen, anti-oxidanten). Varieer van hartenlust met de groenten. Deze saus kan niet mislukken en is zo veel gezonder dan iets uit een pakje, zakje of potje.

[Bekijk het filmpje](#)

Via deze [LINK](#) kunt u zien wat u nodig heeft voor dit recept.

Heeft u vragen, tips of suggesties? Mail ze dan naar [Kok aan Huis](#) of naar [onze redactie](#).

Bron: Team Middelstum-info (1 april 2017) 📷 Jaap van der Laan