UNSER REZEPT

DER WOCHE

PASTA-BOLOGNESE

VEGAN

Zutaten

500g Pasta

2 Zwiebeln

½ Sellerieknolle

2 Möhren

150g Soja Schnetzel

1 kg Tomaten

½ Tube Tomatenmark

Olivenöl

Rapsöl

Salz

Pfeffer

Paprikapulver

mediterrane Kräuter

Zubereitung

Soja-Schnetzel in eine Schüssel geben und mit kochendem Wasser übergießen, umrühren und ziehen lassen.

Möhren, Zwiebeln und Sellerie schälen und in sehr feine Würfel schneiden.

Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, das Gemüse hineingeben und bei geschlossenem Deckel leicht anbraten.

Soja-Schnetzel abseihen und in einer Pfanne mit Rapsöl kross anbraten.

Gebratene Soja-Schnetzel unter das Gemüse mischen.

Tomaten in kleine Würfel schneiden und mit dem Tomatenmark und den Mediterranen Kräutern zur Masse geben. Kurz köcheln lassen.

Nudeln nach Packungsbeilage in Salzwasser al dente kochen.

Bolognese-Soße mit Salz, Pfeffer und Paprika Pulver abschmecken.

Fertig!

hallo@vielfaltsgaertnerei-Auhof.de www.vielfaltsgaertnerei-auhof.de