

Vegane Bolognese mit Linsen

Zutaten für 4 Personen

Zubereitungszeit 25 Minuten

Schwierigkeit einfach

Zutaten

- 3 Zwiebeln
- 2 Knoblauchzehen
- 2 Karotten
- 2 EL Olivenöl
- 250 g rote Linsen
- 4 EL Tomatenmark
- 750 ml Gemüsebrühe
- 400 g gehackte Tomaten
- Kräuter der Provence Würzöl
- Salz und Pfeffer
- Spaghetti
- 2 Selleriestangen
- Chili Würzöl



Zubereitung

Zwiebeln und Knoblauch schälen und fein hacken. Karotten und Selleriestangen würfeln. Olivenöl in eine große Pfanne geben und darin Zwiebeln und Knoblauch andünsten. In der Zwischenzeit Wasser für die Nudeln aufsetzen, leicht salzen und darin al dente garen. Karotten, Sellerie, Linsen und Tomatenmark in die Pfanne geben und mitdünsten. Mit Brühe und gehackten Tomaten ablöschen. Für 10 Minuten auf kleiner Stufe köcheln. Falls die Linsen noch nicht gar sind, weitere 5 Minuten köcheln lassen. Sauce mit Würzölen abschmecken und ggf. mit Salz und Pfeffer nachwürzen. Nudeln durch ein Sieb geben, abtropfen lassen und mit der Linsen-Bolognese auf einem Teller anrichten.

Hinweise

Sauce kann auch zur Zubereitung einer Lasagne verwendet werden.