

Vegetarische Pasta Bolognese



Du brauchst dafür:

- 400 g Nudeln, z.B. Tagliatelle, Buccatini, oa
- 400 g Tomatenstücke in der Dose
- 500 ml Gemüsesuppe
- 120 g rote Linsen
- 150 g Karotten
- 2-3 Zwiebel
- 4 EL Tomatenmark
- 2 Knoblauchzehen
- 2 TL Italienische Kräuter oder Bolognese-Gewürz
- Parmesan

Und so geht ´s:

- Zwiebel und Knoblauch klein schneiden
- Karotten sehr klein würfelig schneiden
- Zwiebel und Knoblauch in etwas Olivenöl einige Minuten dünsten
- Tomatenmark dazu geben und gut verrühren
- Karotten dazu geben und einige Minuten dünsten
- Das Gemüse mit der Gemüsesuppe ablöschen und die Dosentomaten und roten Linsen dazu geben
- Mit einer Prise Zucker und 2 TL italienischen Kräutern würzen
- Die Masse kurz aufkochen und für 20-25 Minuten köcheln lassen
- In der Zwischenzeit die Nudeln kochen und den Parmesan reiben
- Wenn die Sauce fertig ist mit Salz, Pfeffer und einem Schuss Essig, am besten Balsamicoessig, abschmecken und anrichten