



Spaghetti mit veganer Linsenbolognese

Zubereitung

1. Linsen waschen und beiseite stellen.
2. Knoblauch und Zwiebel klein hacken. Danach Karotte und Paprika in Würfel schneiden und die Champignons putzen und in kleine Stücke schneiden.
3. BONA Olive in einer Pfanne erhitzen und darin die Zwiebeln andünsten. Karotten-, Paprika und Champignonstücke zugeben und ca. 5 Minuten mitbraten. Danach Tomatenmark, Knoblauch und Kräuter unterheben.
4. Die passierten Tomaten, Gemüsebrühe und die abgewaschenen Linsen hinzugeben. Alles aufkochen und bei mittlerer Hitze zugedeckt für ungefähr 15 Minuten köcheln lassen. Bei Bedarf etwas Wasser nachgießen.
5. Währenddessen die Spaghetti in einem großen Topf laut Packungsanweisung kochen.
6. Die gekochten Spaghetti abschrecken und in einem weiten Teller anrichten und mit der veganen Linsenbolognese anrichten.

Das Rezept stammt von BONAFamilie Fan Verena Ernst im Zuge unseres Fanpaket Gewinnspiels.

Zutaten

4 Personen

1 Knoblauchzehe

1 Zwiebel

50g Champignons

1 Karotte (in Würfel)

1 Paprika (in Würfel)

1 EL BONA Olivenöl

2 EL Tomatenmark

150 g rote Linsen

400 g passierte Tomaten - oder gehackte Tomaten

250 ml Gemüsebrühe

1 EL Kräuter - Basilikum, Oregano

Salz Pfeffer

500g Spaghetti