Rote Linsen Bolognese zu Spaghetti

Zutaten für 4 Portionen

- Suppengrün (1 Bund bestehend aus je 1 Stück Möhre, Lauch und Sellerie)
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Oregano
- 2 EL Tomatenmark
- 500 ml Wasser
- 500 ml passierte Tomaten
- 200 g rote Linsen
- Salz und Pfeffer

Arbeitszeit:	ca. 15 Minuten
Kochzeit/Backzeit:	ca. 12 Minuten
Gesamtzeit aktiv:	ca. 27 Minuten

Zubereitung:

1. Schäle die Zwiebel, die Knoblauchzehe, die Möhre und den Sellerie. Wasche den Lauch. Schneide alles in kleine Stücke oder mixe es in der Küchenmaschine klein.
2. Erhitze das Olivenöl in einer Pfanne und brate Zwiebel, Knoblauch und Gemüse darin glasig an. Gib das Tomatenmark und Oregano dazu, rühre es kräftig unter und lösche die Gemüsemischung mit dem Wasser und den passierten Tomaten ab.
3. Gib die roten Linsen hinzu und schmecke die Linsen Bolognese mit Salz und Pfeffer ab. Lasse die vegane Bolognese mit roten Linsen nun für ca. 12 Minuten köcheln.
4. Serviere die vegane Sauce zu Spaghetti, am besten aus Vollkorn, oder zu anderer beliebiger Pasta.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem Shop.