



## Vegane Bolognese

Als erstes das Gemüse (Sellerie, Karotte, Zwiebel und Knoblauch) waschen, schälen und in kleine Würfelchen schneiden.

Einen Topf erhitzen und etwas Öl zum Braten hineingeben. Das gewürfelte Gemüse anbraten bis die ersten Stellen braun werden.

Währenddessen die Tomaten waschen und ebenfalls in -etwas größere- Würfel schneiden.

### Du brauchst (für 6-8 Portionen)

200g Linsen

4 Tomaten

150g Sellerie

1 Zwiebel

1 Zehe Knoblauch

1 EL Tomatenmark

1 Liter Wasser/Brühe

Evtl. Wein oder Traubensaft

Öl (wahlweise Olive) zum braten

Salz, Pfeffer, Oregano,

Wacholderbeeren & Lorbeerblatt

In den Topf gibst du nun die Linsen und das Tomatenmark und lässt es noch einen Moment mit rösten.

Anschließend mit Wein/Traubensaft oder einfach Brühe/Wasser ablöschen. Nun auch die Gewürze (Salz, Pfeffer, Oregano, Lorbeer und Wacholderbeeren) dazu geben und mindestens 30 Minuten köcheln lassen. Umso länger umso besser.

Vor dem Essen nochmal abschmecken, mit Salz, den Gewürzen oder auch einem guten Olivenöl. Wenn du magst, kannst du mit einem Schuss Nudelwasser die Sauce noch etwas Flüssiger machen.

Gut durchgezogen am nächsten Tag schmeckt sie noch besser.

Viel Spaß beim nach kochen und lass es dir schmecken!