



Vegane Bolognese-Pasta

mit Stangensellerie, Karotten und Zwiebeln



ca. 30min



2 Portionen

Pasta Bolognese ist seit jeher das Comfortfood schlechthin: zarte Nudeln und eine würzige Sauce mit knackigem Gemüse und kross gebratenem Hackfleisch ... Dich stört das Fleisch an der Sache? Kein Problem – zum Glück können wir eine mindestens genauso leckere Bolognese auch vegan kochen. Serviert mit allem, was dazugehört – Karotten, Sellerie und Zwiebeln – auf feinen Tagliatelle. Jetzt nur noch Teller schnappen und genießen!

Was du von uns bekommst

- 200g Bio-Tagliatelle ²
- 1 Zwiebel
- 1 Karotte
- 2 Stangensellerie ¹
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Dose Bio-Tomatenmark
- 200g veganes Hackfleisch ³
- 1 Pck. italienische Gewürzmischung

Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Zucker
- Olivenöl
- Essig

Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf
- große Pfanne
- Messbecher
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

Allergene

Sellerie (1), Gluten (2), Sojabohnen (3). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 0kcal



1. Gemüse schneiden

In einem mittelgroßen Topf ausreichend gesalzenes Wasser für die **Pasta** zum Kochen bringen. Die **Zwiebel** schälen, halbieren und grob würfeln. Die **Karotte** ggf. schälen, längs halbieren und quer in ca. 1cm dicke Scheiben schneiden. **Anderthalb Selleriestangen** in ca. 0,5cm dicke Scheiben schneiden; der **restliche Sellerie** wird für dieses Rezept nicht benötigt.



4. Hackfleisch braten

Den **Knoblauch** und das **Tomatenmark** in die Pfanne geben und ca. 2Min. mitbraten. Das **Hackfleisch** mit 1 kräftigen Prise Zucker zugeben und in 6-10Min. leicht braun und krümelig braten.



2. Pasta kochen

Die **Pasta** in das kochende Wasser geben und in 7-9Min. bissfest kochen. **250ml Pastawasser** abschöpfen, dann die **Pasta** in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.



5. Fertigstellen & servieren

1TL (Weißwein-)Essig in die Pfanne geben, dann die **Gewürzmischung** unterrühren und **225ml Pastawasser** angießen. Mit Pfeffer würzen und aufkochen, dann 1-2Min. bei niedriger Hitze köcheln lassen, bis die **Sauce** eindickt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, die **Pasta** mit der **Sauce** anrichten und servieren.



3. Gemüse anbraten

Die **Zwiebeln**, die **Karotten** und den **Sellerie** in einer großen Pfanne mit 2EL Olivenöl und ½TL Salz bei mittlerer Hitze in 7-10Min. weich braten. Währenddessen den **Knoblauch** schälen und fein würfeln.



6. Grüne Blätter

Blättrige, weiche Kräuter wie Petersilie oder Basilikum machen sich grob geschnitten hervorragend als frische Garnitur auf dem Pastateller. Die Stängel können auch fein geschnitten zusammen mit dem Tomatenmark in die Sauce gegeben werden und sorgen dort für eine feine, aromatische Note.

Verzichte auf gedruckte Rezepte - ändere die Einstellungen im Kundenkonto. Fragen zur Zubereitung oder zum Rezept? Deine Koch-Hotline: **030 208 480 510**

Schau dir das Rezept in deinem Konto auf marleyspoon.de an.    **#marleyspooning**