



Vegane Spaghetti Bolognese mit Vemondo veganem Hack

Zeit gesamt
🕒 35min

Zubereitungszeit
🍲 35min

Schwierigkeit
👨‍🍳 Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Zwiebeln, gelb	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Knollensellerie	0.5 St.
Karotten	3 St.
Cherrytomaten	250 g
Salz	
Öl	2 EL
Vemondo veganes Hack	300 g
Tomatenmark	2 EL
Pfeffer, schwarz	
Zucker	
Majoran, getrocknet	
Rotwein, trocken	100 ml
Tomaten, gehackt	400 g
Spaghetti	500 g
Petersilie, frisch	20 g

Zubereitung



Küchenutensilien

großer Topf, große Pfanne, Sieb, grobe Reibe

1. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln. Knoblauch schälen und fein hacken. Sellerie waschen, schälen und klein würfeln. Karotten waschen, schälen und grob raspeln. Cherrytomaten waschen und vierteln.
2. In einem Topf ca. 5 l Salzwasser aufkochen. In einer Pfanne Öl auf hoher Stufe erhitzen und Vemondo veganes Hack darin ca. 4 Min. braten. Zwiebel, Knoblauch, Sellerie und Karotten zugeben und zusammen ca. 5 Min. braten.
3. Cherrytomaten und Tomatenmark in die Pfanne geben. Nochmals ca. 1 Min. anbraten. Mit Salz, Pfeffer, Zucker und Majoran würzen, mit Rotwein ablöschen und aufkochen lassen. Gehackte Tomaten zugeben und ca. 15 Min. auf niedriger Stufe köcheln.
4. Spaghetti im siedenden Salzwasser ca. 9 Min. bissfest garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.
5. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blätter von den Stielen zupfen und hacken. Soße abschmecken und mit Spaghetti auf Tellern verteilen. Mit Petersilie garniert servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	788 kcal
Kohlenhydrate	120 g
Eiweiß	23 g
Ballaststoffe	7 g
Fette	18 g