

Spaghetti mit Gemüsebolognese



Eine fruchtig pikante Form der Bolognese kannte man auch schon in der DDR. Gerade wenn es mal kein Fleisch sein sollte, gab es im Ferienlager gern Spaghetti mit Gemüsebolognese, denn Nudeln sind immer sehr beliebt.

Zutatenliste und Zeit je Zubereitungsschritt (4 Personen)

2-3 EL Olivenöl

1 Zwiebel

1/2 Zucchini

2 Möhren

1/2 Kohlrabi

1 Lauchzwiebel

1 TL Salz

1/2 TL Pfeffer

das Gemüse klein würfeln, die Zwiebel in einem mittelgroßen Topf in Olivenöl gläsig schwitzen, restliches Gemüse und Gewürze dazugeben. Unter Rühren ca. 3 min anbraten.

1 Dose Tomaten (400 g
Abtropfgewicht)

dazugeben und umrühren. Deckel auflegen und ca. 45 min auf niedriger Stufe dünsten, bis das Gemüse ganz weich ist und beim Umrühren eine saucenartige Konsistenz entsteht.

1 gehäufter TL Oregano
2 EL Balsamico Essig
Salz, Pfeffer
1 Prise Zucker

Oregano dazugeben und mit Balsamico, etwas Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken. Ist die Sauce zu flüssig, kann man mit etwas Tomatenmark andicken. Noch einmal abschmecken und heiß servieren.

500 g Spaghetti

1 TL Salz

in einem Topf mit Salzwasser ca. 11 min kochen.

Tipp

wer mag, gibt 1 Prise Majoran zur Gemüsebolognese.