

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Gemüse-Bolognese

Zutaten: 3 Stangen Staudensellerie, 2 Möhren, 1 rote Paprikaschote, 2 Zucchini, 1 Stange Lauch, 4 EL Olivenöl, 2 kleine Knoblauchzehen, 800 g Tomaten, Salz, 500 g Vollkorn-Pasta, 1 TL getrockneter Oregano, Pfeffer

Zubereitung: Sellerie waschen, putzen und entfädeln. Möhren putzen und schälen. Paprikaschote vierteln, entkernen, waschen. Zucchini waschen und putzen. Lauch putzen und gründlich waschen. Gemüse in sehr feine Würfel schneiden. Öl in einem Topf erhitzen. Gemüse darin bei niedriger bis mittlerer Hitze unter Rühren 7-8 Minuten dünsten. Knoblauch schälen und fein hacken. Zum Gemüse geben und weitere 2 Minuten dünsten. Tomaten dazugeben, etwas Wasser und die Gemüse-Bolognese zum Kochen bringen. 30 Minuten bei mittlerer Hitze kochen lassen, dabei öfter rühren. Während die Gemüse-Bolognese kocht, die Nudeln nach Packungsanleitung in Salzwasser zubereiten. Nudeln abgießen und abtropfen lassen. Die Gemüse-Bolognese mit Oregano, Salz und Pfeffer würzen und mit den Nudeln servieren.

Guten Appetit wünscht ihr **Gemüsebringt's**-Team
www.gemuese-bringts.com