Ragù Bolognese Vegi

Italien (für 4 Personen)

Zutaten:

- 4 Tomaten oder 400g Büchsentomaten (Pelati)
- 2…3 Karotten (ca. 200g)
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 150g grübe oder braune Linsen
- 200g Stangensellerie (3…4 Stangen)
- 100g Champignons
- Olivenöl
- 2 Esslöffel Tomatenmark
- ca. 2dl Rotwein
- 1 grosser Schuss Kochrahm (Rama)
- 1 Hand voll mediterrane Kräuter (z.B. Petersilie, Basilikum, Thymian etc.)
- Salz
- Pfeffer
- 1 Prise Zucker

Vorbereitung:

- Die Tomaten kurz im siedenden Wasser kochen, abkühlen, Haut entfernen und klein schneiden.
- Zwiebel und Knoblauch klein schneiden.
- Karotten in Würfel scheiden.
- Sellerie und Champignons waschen, rüsten und in kleine Stücke schneiden.
- Champignons rüsten, waschen und in Würfelchen schneiden.

Zubereitung:

- Zwiebeln, Knoblauch, Karotten und Sellerie in einer Bratpfanne ca. 5 Minuten im Öl anschwitzen.
- Die Linsen und Champignons beigeben und kurz ca. 2 Minuten mitdünsten.
- Dann die Tomaten und das Tomatenmark dazugeben und so lange köcheln, bis die Linsen gar, aber noch knackig sind (ca. 25 Minuten).
- Dabei etappenweise nur so viel Rotwein zugeben, dass am Schluss alles etwas eingedickt ist.
- Gegen Schluss einen grossen Schuss Rahm unterrühren und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Kräutern würzen.

Tipp:

- Vegetarische Version für Pasta Bolognese.
- Viel geriebenen Parmesankäse darüber streuen.

Rodolfos Lieblingsrezepte