



Plant-based Bolognese



Aktiv: 30 Minuten
Gesamt: 1 Stunde

✓ VEGAN



Zutaten

brewbee Ghackets

150 ml Bouillon/Fond
1 EL Sojasauce
1 EL Weisswein oder Most
50 g brewbee Ghackets (trocken)

Tomatensauce

2 EL Olivenöl
1 Zwiebel, fein geschnitten
40 g Tomatenpüree
250 g Tomatenwürfel in der Dose (Pomodori passati)
etwas Kräuter (Oregano und Basilikum, frisch oder getrocknet) und Kräutersalz zum Abschmecken

Plant-based Bolognese

4 EL Olivenöl
2 Zwiebeln, fein geschnitten
1 Knoblauchzehe, gepresst
125 g Gemüsebrunoise Karotten/Sellerien/Lauch
1 TL Rosenpaprika edelsüss
25 ml Rotwein
vorher vorbereitete Tomatensauce
etwas Kräuter (Rosmarin, Salbei, Basilikum) und Kräutersalz zum Abschmecken
40 ml Bouillon/Fond
2 EL Olivenöl zum Anbraten
135 g Ghackets (bereits fertig zubereitet)
etwas Gewürz (Fleisch- oder Mischgewürz)

Tipp

Die Bolognese eignet sich auch sehr gut für eine Lasagne.

Zubereitung

Grundrezept brewbee Ghackets

Das Ghackets wird für ca. 30 Minuten im Verhältnis 1:3 (Ghackets zu Flüssigkeit) eingelegt. Dafür empfehlen wir eine Gemüsebouillon oder Fond. Danach das Ghackets in einem Sieb abtropfen lassen (leicht ausdrücken), anbraten, weiterverwenden und geniessen.

- 1.** brewbee Ghackets: Bouillon/Fond mit Sojasauce, Weisswein oder Most aufkochen, heiss über das Ghackets giessen und ca. 30 Minuten ziehen lassen.
- 2.** Tomatensauce: Die Zwiebeln im Olivenöl dünsten, Tomatenpüree begeben und kurz mitdünsten. Tomatenwürfel, Oregano, Basilikum und Kräutersalz hinzufügen und ca. 10–15 Minuten köcheln lassen. Dann mit einem Stabmixer durchmischen.
- 3.** Plant-based Bolognese: Die Zwiebeln und den Knoblauch in Olivenöl andünsten. Gemüsebrunoise (fein geschnittenes Gemüse) und Rosenpaprika begeben und mitdünsten. Mit Rotwein ablöschen und mit der vorbereiteten Tomatensauce auffüllen. Die Kräuter fein hacken und mit dem Kräutersalz und der Bouillon zur Sauce geben. Aufkochen und ca. 15 Minuten köcheln lassen.
- 4.** Zum Schluss das Ghackets in einem Sieb abtropfen lassen, evtl. leicht ausdrücken und in einer Bratpfanne mit Olivenöl gut anbraten. Würzen und in die fertige Sauce geben.
- 5.** Mit Spaghetti oder Hörnli servieren und geniessen.