

Vegetarische Bolognese Sauce

Rezept (für 2 Personen):

Zutaten:

2 Stk. Schalotten

1 Schote Paprika

4-5 Stk. Schälto­maten (aus der Dose)

200 g Seidentofu

½ TL getrocknete Pilze, gemixt

200 g Tagliatelle

100 ml Gemüsebrühe

1 TL Raz el Hanout

½ TL Curry

3-4 Stk. Macadamianüsse (geröstet)

Olivenöl

Salz

schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung:

Schalotten schälen, halbieren und in Streifen schneiden. Paprika vierteln, Kerngehäuse entfernen, Fruchtfleisch schälen und in Würfel schneiden. Schalottenstreifen in einer großen Pfanne mit Olivenöl bei mittlerer Herdleistung anschwitzen, Paprikawürfel mit anschwitzen, leicht salzen, Schälto­maten zugeben, mit zwei Löffeln grob zerzupfen, alles zusammen aufkochen und bei schwacher Hitze 5 Minuten köcheln lassen.

Anschließend mit ½ TL getrockneten, gemixten Pilzen und einer Prise Salz abschmecken, Seidentofu zugeben, verrühren bis die Sauce fast wie eine Bolognese aussieht, Pfanne vom Herd nehmen und die Sauce kurz ziehen lassen. Tagliatelle in einem Topf mit gesalzenem Wasser bissfest kochen, anschließend durch ein Sieb schütten, abtropfen lassen, zusammen mit der Gemüsebrühe und einem Schuss Olivenöl in eine große, beschichtete Pfanne geben, bei schwacher Hitze auf dem Herd schwenken und mit Raz el Hanout, Curry und ggf. einer Prise Salz abschmecken. Bolognese in zwei tiefen Pastatellern anrichten, Nudeln darauf verteilen und geröstete Macadamianüsse fein darüber reiben.

Aufgegabelt von Alexander Herrmann

<http://www.br.de/fernsehen/bayerisches-fernsehen/sendungen/aufgegabelt/alexander-herrmann-nudeln-mit-vegetarischer-bolognese-rezept-100.html>

