



MEIN GENUSS



Vegane Spaghetti Bolognese



It's a match!

Arrabiata Gewürz - der leckere Scharfmacher verfeinert dieses Rezept und gibt einen Hauch Schärfe!



Vorbereitung
15 min



Niveau
Mittel



Zubereitung
20 min

Zubereitung

- 1 Die Karotten schälen, den Lauch und Stangensellerie putzen und alles in kleine Würfel schneiden. Dann die Paprikaschote halbieren, Stielansatz, Samen und die weißen Trennwände entfernen und das Fruchtfleisch fein würfeln. Schließlich Zwiebel und Knoblauch schälen und fein hacken.
- 2 Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen und das Soja Hack darin 3 Minuten scharf anbraten und wieder herausnehmen. Zwiebel und Knoblauch zugeben und glasig braten. Klein geschnittenes Gemüse zufügen, kurz mit anschwitzen. Danach das Tomatenmark zugeben und unter Rühren 1 Minute braten.
- 3 Gehackte Tomaten und Gemüsebrühe zugeben, mit **Arrabiata-Gewürz**, Salz und Pfeffer abschmecken. 15 Minuten bei reduzierter Hitze köcheln lassen.
- 4 **Gebratenes Soja Hack** zufügen, unterrühren und weitere 5 Minuten garen. Evtl. noch etwas Brühe angießen. **Kräuter der Provence** einstreuen und nochmals abschmecken.
- 5 In der Zwischenzeit die Spaghetti in kochendem Salzwasser al dente garen. Abgießen und gut abtropfen lassen. Danach können die Spaghetti mit der veganen Bolognese auf Tellern angerichtet, mit Basilikum garniert und serviert werden.

Zutaten

- 1 Karotte
- 1 kleine Stange Lauch
- 1 Stange Stangensellerie
- 1 Paprika, rot
- 1 Zwiebel
- 1 Zehe Knoblauch
- 3 EL Olivenöl
- 2 Packungen veganes Soja Hack
- 20 g Tomatenmark
- 150 ml Packung Tomaten, in Stücken
- Vegane Gemüsebrühe
- 1 TL Arrabiata-Gewürz
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Kräuter der Provence
- 350 g Spaghetti/Nudeln nach Wahl

Du bist auf der Suche nach einem passenden Gewürz für dein Rezept? Mit dem Code **FOODIE22** erhältst du 10 % Rabatt* auf deine nächste Bestellung.

*Mindestbestellwert 20 €. Nicht mit anderen Rabatten und Gutscheinen kombinierbar. Barauszahlung nicht möglich. Gutschein gültig bis zum 14.12.2026.