

Linsenbolognese

Quelle: <https://kochkarussell.com/20-minuten-rote-linsen-bolognese/>

Zutaten

2 Portionen

- 3 Schalotten
- 1 Knoblauchzehe
- 1 große Möhre
- 1 Stange Sellerie
- *optional* Pilze (Steinpilze/Champignons)
- 1 EL Olivenöl
- 120 g rote Linsen
- 3 EL Tomatenmark
- 500 ml Gemüsebrühe
- 200g gehackte Tomaten
- Oregano
- Basilikum
- Paprikapulver
- Chiliflocken (Pul Biber)
- Salz
- Pfeffer
- Spaghetti

Zubereitung

Die Schalotten und den Knoblauch schälen und fein würfeln. Die Möhre, den Sellerie und ggf. die Pilze würfeln.

Das Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen. Die Schalotten und den Knoblauch kurz darin anschwitzen. Anschließend die Möhren, den Sellerie und ggf. die Pilze hinzugeben und ebenfalls kurz mit anschwitzen. Nun die Linsen und das Tomatenmark hinzufügen, kurz mit anrösten und dann mit der Gemüsebrühe und den gehackten Tomaten ablöschen.

Die Soße etwa 15-20 Minuten köcheln lassen, bis die Linsen weich sind. Anschließend mit reichlich Oregano, Basilikum, Paprikapulver und Chili würzen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für ein extra cremiges Ergebnis die Soße etwas reduzieren lassen. Die Nudeln ca. 2 Minuten kürzer als auf der Verpackung angeben kochen, und anschließend tropfnass zusammen mit etwas Nudelwasser in die Pfanne geben und gut durchrühren. Nach ein bis zwei Minuten unter konstantem Rühren entsteht eine cremige und dicke Soße.