



**8800 kcal – Warenkorb  
Sven Bach**

**Montag, 04.01.2021**

**Vegane Pilz-Bolognese**

**Für 2 Portionen**

**Zutaten**

2 Karotten  
1 Stück Sellerie (daumengroß)  
1 Knoblauchzehe  
1 Zwiebel  
250 g braune Champignons  
2 EL Olivenöl  
2 EL Tomatenmark  
1 TL Zucker  
400 g Tomaten (gehackt)  
1 EL Paprikapulver (scharf), gestrichen  
1 TL mediterrane Kräuter  
etwas Salz  
etwas Pfeffer  
150 g Spaghetti

**Zubereitung**

1. 2 Karotten, Sellerie, 1 Knoblauchzehe und 1 Zwiebel putzen und fein hacken. Die Champignons reinigen und ebenfalls sehr fein schneiden.
2. Das Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Das ganze feingeschnittene Gemüse und 2 EL Tomatenmark dazugeben, 1 TL Zucker darüber streuen und alles scharf anbraten.
3. Parallel 150 g Spaghetti (al dente) kochen.
4. Dann die 400 g gehackten Tomaten zum angebratenen Gemüse geben. Mit 1 gestrichenen EL Paprikapulver (scharf), 1 TL mediterranen Kräutern, Salz und Pfeffer abschmecken. Bei geschlossenem Deckel ca. 8 Minuten bei mittlerer Hitze kochen.
5. Die Spaghetti mit der Bolognese vermengen und genießen.