Tofu Bolognese

Die Tofu Bolognese mögen nicht nur Vegetarier. Das fleischlose Rezept sorgt für Abwechslung in der Küche.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Koch/Backzeit: 15 min

Gesamtzeit: 30 min

Zutaten

150 g	Räuchertofu
2 EL	Olivenöl
1 Stk.	Zwiebel (klein)
2 Stk.	Knoblauchzehe
2 EL	Tomatenmark
250 g	Passierte Tomaten (aus der Dose)
1 TL	Zucker
1 EL	Italienische Kräuter (getrocknet)
	Salz und Pfeffer
Nach Belieben	Chili (getrocknet)

Zubereitung

1. Zuerst den Räuchertofu in eine Schüssel bröseln. Das Olivenöl in einer Bratpfanne erhitzen, Tofu scharf anbraten bis das Wasser verdampft ist.

2. Die klein gehackten Zwiebeln, Knoblauch und Tomatenmark zugeben und andünsten. Mit passierte Tomaten aus der Dose aufgießen.

3. Zucker zugeben, und mit Salz und Pfeffer und nach Belieben mit Chili würzen. Einige Minuten

köcheln lassen.

4. Die gekochten Nudeln mit der Tofu Bologneses vermischen und servieren.

Tipp

Die Tofu Bolognese je nach Bedarf mit Parmesan und gehackte Basilikum Kräuter garnieren.