

Veggi Bolo

von DonBoscoBerlin

Mengen für 10 Personen

Tags: Vegetarisch, günstig, Für Zeltlager

Gewürze: Pfeffer, Oregano, Petersilie, Salz, Thymian

5.0 g Salz	In das Nudelwasser geben
1.3 kg Nudeln	kochen
500 g Rüebli	Schälen und würfeln
15 g Zucker	dazugeben und kristallisieren lassen
200 g Zwiebel	Schälen und würfeln und zusammen mit den Karotten in Öl anbraten & karamellisieren
250 g Soja Granulat (wie Hack)	trockenes Sojahack. Wenn die Zwiebeln glasig sind, zu den zwiebeln geben.
100 g Tomatenmark	dazugeben & beides kurz anrösten
7 dl Bouillon (flüssig)	und bisschen Nudelwasser (Achtung Gluten!!!) zum binden dazu schöpfen
2.0 kg gehackte Tomaten	dazugeben und erhitzen. Gegebenenfalls nachwürzen
3.0 g Salz	In die Soße geben (Ungefähre Angabe)
10 g ital. Kräutermischung	In die Tomatensoße geben.
100 g Oliven	optional als Topping bereitstellen
250 g Parmesan	oder Grana padano