



Vegi-Bolo von jere.schaerz@gmail.com

Mengen für 10 Personen

5 cl Öl
12 g Streuwürze
200 g Zwiebeln
10 g Knoblauchzehen
80 g Tomatenmark
90 g Bratensauce
2.0 dl Rotwein
300 g gehackte Tomaten
1.0 Liter Wasser
1.2 kg Soja Granulat (wie Hack) oder anderes Vegi Hack

- 1 Öl erhitzen, Hack anbraten, würzen.
- 2 Zwiebeln, Knoblauch dünsten, tomatieren, Bratensauce Pulver stäuben.
- 3 Wein ablöschen, reduzieren, Tomaten, Wasser auffüllen, knollenfrei mischen.
- 4 Aufkochen, abschmecken.
- 5 Hack zugedeckt weichschmoren. Nach Bedarf Flüssigkeit ergänzen.
- 6 Abschmecken, eventuell mit Maizena nachbinden.