

ZOODLES MIT VEGANER TOMATENSAUCE BOLOGNESE



„Zoodles“ mit unserer veganen biozentrale Tomatensauce Bolognese:
Der Klassiker unter den Saucen geht jetzt auch ganz ohne Nudeln.



Schwierigkeitsgrad
Mittel



Arbeitszeit
20 Minuten



Anlass
Hauptgericht



Zutaten für 1 Personen:

- 1 mittelgroße Zucchini
- 2 Möhren
- 1 Zwiebel
- 1 TL biozentrale Olivenöl
- 0.5 TL Salz
- 0.5 TL Pfeffer
- 350 g biozentrale Tomatensauce Bolognese

optionale Zutaten

- gehacktes Basilikum
- Hefeflocken

Zubereitung

1. Die Zucchini und die Möhren mithilfe eines Spiralschneiders in Spaghettiform bringen.
2. Die Zwiebel in feine Würfel schneiden.
3. Das Olivenöl in einer Pfanne erhitzen und die Zwiebeln 2 Minuten anschwitzen.
4. Anschließend die Zucchini/Möhren-Spaghetti ca. 3 – 5 Minuten anbraten.
5. Die Tomatensauce Bolognese hinzugeben.
6. Würzen und je nach Bedarf mit Basilikum und Hefeflocken servieren.

WIR WÜNSCHEN EINEN GUTEN APPETIT!