

AINESOSAT

2 pakettia Hälsans Kökin soijarouhetta
2 isoa porkkanaa, hienonnettuna
1 selleri, hienonnettuna
1 iso sipuli, hienonnettuna
200 g viipaloituja sieniä
800 g tomaattimurskaa
3 valkosipulinkynttä, hienonnettuna
2 rkl tomaattipyrettä
2 tl hiivauutetta
2 rkl oliiviöljyä
Hyppysellinen muskottipähkinää
Tuoretta jauhettua mustapippuria
50 g raastettua vegaanista juustoa tai
italialaista juustoa, esim. parmesaania
25 g tuoreita basilikan lehtiä



6 ANNOSTA



40 MIN



HELPPO

Lähde kanssamme makumatkalle Italiaan! Klassikosta inspiroituneena, kehitteimme vegaanisen spaghetti bolognesen juuri sinulle. Maista ja ihastu!

VALMISTUS

1. Valmista kastike

Kuumenna öljy pannulla ja paista porkkana, selleriä, valkosipuli ja sienet yhdessä noin 5-10 minuutin ajan, kunnes ne ovat pehmenneet. Lisää loput ainekset, paisti soijarouheen. Keitä kastiketta 15-20 minuuttia, kunnes se on sakeutunut.

2. Keitä pasta

Laita iso kattilallinen vettä kiehumaan ja lisää pasta kiehuvaan veteen. Keitä pakkauksen ohjeiden mukaisesti. Pastan kypsennettyä valuta vesi pois, mutta säästä pastavettä noin 3-4 rkl verran.

3. Sekoita soijarouhe ja tomaattikastike

Sekoita soijarouhe tomaattikastikkeeseen ja kuumenna noin 3-4 minuuttia. Lisää tarvittaessa pastasta säästetty keitinvesi.

4. Koristele ja tarjoile

Tarjoile Bolognese kastike spaghetin, raastetun parmesanin tai vegaanisen juuston sekä basilikan kera.

LÖYDÄ LISÄÄ RESEPTJÄ HALSANSKOK.FI