

## Lecker



### ZUBEREITUNG

Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein würfeln. In einem mittelgroßen Topf 2 EL Olivenöl erhitzen und darin die Würfel sowie Tomatenmark andünsten. Rote Linsen, 150 ml Gemüsebrühe, stückige Tomaten und italienische Kräuter hinzufügen, umrühren und alles 20 Minuten köcheln lassen. Mehr Gemüsebrühe ergänzen, sollte die Konsistenz der Sauce zu dick ist. Sobald die Linsen bissfest sind, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

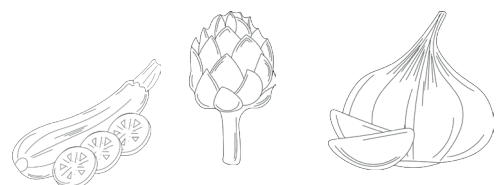
Parallel dazu in einem Topf ausreichend Wasser zum Kochen bringen, um darin Linguine zu kochen. Wenn das Wasser kocht, reichlich salzen und die Linguine nach Packungsanweisung zubereiten. Danach durch den Seihier abgießen.

Zum Servieren die Linguine mit der Linsen-Bolognese auf zwei Teller verteilen und optional mit (veg.) Parmesan bestreuen.

### ZUTATEN

#### Für 2 Portionen:

- 250 g Linguine
- 150 g rote oder schwarze Linsen
- 250 ml Gemüsebrühe
- 400 g stückige Tomaten
- 1 EL Tomatenmark
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL italienische Kräuter
- Zucker
- Salz
- schwarzer Pfeffer
- optional: 4 EL Parmesan, gerieben
- oder veg. Alternative



### UTENSILIEN

2 mittelgroße Töpfe, Seihier