

Vegane Ajvar-Bolognese mit Zucchini spaghetti (Arabische Küche)

Zutaten für 4 Portionen:

Für das Gemüse:

- 1,2 Kg Zucchini
- 4 EL Olivenöl
- 2-3 Knoblauchzehen

Für die Sauce:

- 250 g Wurzelgemüse
(Karotten, Sellerie, Lauch)
- 100 ml Veganer Gemüfefond
- 2 Zwiebeln
- 2 Zehen Knoblauch
- 2-3 EL Olivenöl
- 3-4 EL Veganer Ajvar
- 3-4 EL Tomatenmark
- Salz und Pfeffer
- etwas Chilipulver
- etwas frischer Rosmarin

Zum Bestreuen:

- 3-4 EL geröstete Pinienkerne



Vor- & Zubereitung:

Die Zucchini mit dem Spiralschneider in Spaghetti schneiden. Das Wurzelgemüse putzen und fein würfeln, dann die Zwiebel und den Knoblauch schälen und ganz fein würfeln.

Zuerst Zwiebel- und Knoblauchstücke im Olivenöl andünsten und das Wurzelgemüse nach und nach zugeben alles zusammen anbraten, bis es ziemlich gar ist.

Nun mit dem Gemüfefond aufgießen, den das Ajvar und das Tomatenmark einrühren und kurz aufkochen lassen.

Danach den Rosmarin zugeben und 1 Minute mit köcheln lassen, abschließend nach eigenem Geschmack abschmecken.

Jetzt die Zucchininudeln im Olivenöl und dem Knoblauch ca. 5 Minuten braten.

Serviertipp:

Erst die Zucchini spaghetti in einen vorgewärmten Teller geben, dann die Sauce, die Pinienkerne obendrauf streuen und frisch servieren.