

INGREDIENSER

1x Hälsans Kök vegan Sojafarse 300g

1 stor løk, skrelt og finhakket

2 stenger selleri, finhakket

100 g gulrøtter, skrelles og kuttes i terninger

1 ss olivenolje til steking

2 ts italienske urter (eller ferske)

1 ss tomatpuré

1 lite glass rødvin (valgfritt)

2 x 400g hermetiske hakkede tomater

nykvernet sort pepper

1 ss frosne erter

800 g fersk gnocchi



4 PORSJONER



27 MIN



MELLOM

Hvis du leter etter en vri på din vanlige spaghetti bolognese – bør du prøve den med fersk gnocci – det er komfortmat på sitt beste.

FREMGANGSMÅTE

1. Stek grønnsakene og soyafyllet

Stek grønnsakene med urtene i en panne i oljen til de blir gjennomsiktige (ca. 5 minutter). Tilsett så farsen og stek i ytterligere 3 minutter. Tilsett vinen i kjelen hvis du bruker.

2. Tilsett hakkede tomater, tomatpuré og erter og kok opp

Rør inn hakkede tomater, tomatpuré og erter Kok opp mens du rører forsiktig og varm opp til alt er rykende varmt. Smak til med salt og pepper.

3. Kok gnocchien

Kok gnocchien etter anvisningen på pakken. Tøm dem og drypp med olivenolje.

4. Sett sammen retten og server!

Til servering helles gnocchien forsiktig i Bolognese-sausen og serveres med revet ost og en sidesalat med urteblader.

SJEKK UT FLERE OPPSKRIFTER PÅ HALSANSKOK.NO