



Spaghetti mit Linsensauce

Zutaten

- 100 g Staudensellerie
- 250 g Möhren
- 50 g Zwiebeln
- 2 EL THOMY Reines Sonnenblumenöl
- 50 g Speckwürfel
- 100 g rote Linsen
- 750 ml Wasser
- 100 ml Schlagsahne
- 4 TL Maggi Gartengemüse Bouillon (im Glas)
- 200 g Spaghetti
- etwas weißer Aceto Balsamico
- etwas Kreuzkümmel, gemahlen
- etwas Soßenbinder für helle Soßen

Zubereitung

1. Staudensellerie putzen, waschen und in kleine Würfel schneiden. Möhren putzen, waschen, schälen und in kleine Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und in Würfel schneiden.
2. In einer Pfanne THOMY Reines Sonnenblumenöl heiß werden lassen. Zwiebelwürfel mit Speckwürfel darin anbraten. Gemüsegewürfel zugeben und mitbraten. Linsen zugeben.
3. Wasser und Sahne zugießen. MAGGI Gartengemüse Bouillon darin auflösen, zum Kochen bringen und bei geringer Wärmezufuhr ca. 20 Min. köcheln. Mit Aceto Balsamico und nach Wunsch mit Kreuzkümmel würzen und abschmecken. Nach Belieben mit Soßenbinder bis zur gewünschten Sämigkeit binden.
4. Spaghetti nach Packungsanweisung zubereiten und mit der Linsensauce anrichten.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	74 g
Energie	610 kcal
Fett	25 g
Protein	22 g

🕒 40 Minuten

⊕ 3 Portionen