

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 02. April 2020** ▪  
**Zusatzgericht von Johann Lafer**



**Johann Lafer**

**Gemüosebolognese**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für die Gemüosebolognese:**

80 g Möhren  
2 Tomaten  
80 g Knollensellerie  
100 g Staudensellerie  
1 rote Paprikaschote  
1 gelbe Paprikaschote  
1 grüner Zucchini  
1 Zwiebel  
2 Knoblauchzehen  
2 EL Tomatenmark  
100 ml Gemüsefond  
250 ml passierte Tomaten  
2 Zweige Thymian  
2 Zweige Rosmarin  
2 Zweige glatte Petersilie  
2 EL Olivenöl  
1 Prise Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Weißer Pfeffer, aus der Mühle

Den Knoblauch und die Zwiebel abziehen und fein würfeln. Möhren und beide Selleriesorten waschen, trockentupfen, von Enden befreien und würfeln. Paprikaschoten waschen, trockentupfen, halbieren, von Kernen und Scheidewänden befreien und fein würfeln. Zucchini waschen, trockentupfen, halbieren, Enden entfernen und Kerne mit einem Löffel herauschaben. Das Fruchtfleisch fein würfeln.

Tomaten auf der runden Seite kreuzweise einritzen, mit kochendem Wasser überbrühen, häuten und vierteln. Die Kerne entfernen und die Tomatenfilets würfeln. Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Die Blätter abzupfen und fein hacken.

Olivenöl in einem großen Topf erhitzen. Knoblauchwürfel darin andünsten. Tomatenfilets hinzugeben und anschwitzen. Gemüse hinzugeben und anrösten. Tomatenmark einrühren. Mit Fond und den passierten Tomaten aufgießen. Die Thymian- und Rosmarinzweige dazugeben und die Sauce offen 10-15 Minuten einkochen lassen. Die Kräuter entfernen.

Die Sauce mit Salz, Pfeffer und 1 Prise Zucker würzen. Gehackte Petersilie untermischen.

**Für die Nudeln:**

600 g weiße oder grüne Bandnudeln

Nudeln in kochendem Salzwasser garen und im Anschluss mit der Gemüosebolognese servieren.



**PROFI  
TIPP**

Kaufen Sie Kräuter lieber in einen Topf, denn in der Erde bleiben Sie länger frisch!

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.