

INGREDIENSER

1x Hälsans Kök vegan Sojafärs 300g
1 stor lök, skalad och finhackad
2 st selleri, finhackad
100 g morötter, skalade och skurna i tärningar
1 msk olivolja till stekning
2 tsk italienska örter (eller färska)
1 matsked tomatpuré
1 litet glas rött vin (valfritt)
2 x 400g hackade tomater på burk
nymalen svartpeppar
1 msk frysta ärtor
800 g färsk gnocchi



4 PORTIONER



27 MIN



MELLANLIGGANDE

Om du letar efter en twist på din vanliga spaghetti bolognese bör du prova den här med färsk gnocchi - det är comfort food när den är som bäst!

TILLAGNING

1. Stek grönsakerna och Hälsans kök Plant-based mince

Stek grönsakerna med örterna i en panna i oljan tills de blir genomskinliga (ca 5 minuter). Tillsätt sedan färsen och fräs ytterligare 3 minuter. Tillsätt vinet i grytan på slutet.

2. Addera tomater och örter till färsblandningen. Koka upp gnocchin

Rör ner hackade tomater, tomatpuré och örter. Koka upp under försiktig omrörning och värm tills allt är rykande varmt. Krydda med salt och peppar. Koka gnocchin enligt anvisningarna på förpackningen. Häll av dem och ringla över olivolja.

3. Klart att servera!

För servering häller du försiktigt gnocchin i Bolognesesåsen och serverar med riven ost och en sallad med örtblad.

FÖR FLER RECEPT GÅ IN PÅ HALSANSKOK.SE