

# Spaghetti mit Gemüse-Bolognese

## Für 4 Personen

### Für die bolognese:

1 kleine Zwiebel	1 Karotte	1 rote Paprikaschote
$\frac{1}{2}$ kleine Fenchelknolle	2 Stangen Staudensellerie	$\frac{1}{4}$ Zucchini (ca. 70 g)
4 Frühlingszwiebeln	1 TL Puderzucker	1 EL Tomatenmark
$\frac{1}{2}$ l Gemüsebrühe	150 g passierte Tomaten	50 g feines Sojagranulat
1 Lorbeerblatt	$\frac{1}{4}$ TL getr. Oregano	$\frac{1}{4}$ Tl Rosmarin
$\frac{1}{4}$ TL Thymian	$\frac{1}{4}$ TL Bohnenkraut	2 gerieb. Knoblauchzehen
$\frac{1}{2}$ TL geriebener Ingwer	$\frac{1}{2}$ - 1 TL Zitronen-Abrieb	1 Msp. Orangen-Abrieb
mildes Chilisalz	Pfeffer	

### Für die Nudeln:

400 g Spaghetti	Salz	3 Scheiben Ingwer
300 ml Gemüsebrühe	1 EL kalte Butter	

### Außerdem:

4 EL Parmesanspäne

Für die Bolognese Zwiebel und Karotte putzen, schälen und in 2 mm große Würfel schneiden. Die Paprikaschote längs vierteln, entkernen und waschen, die Viertel mit dem Sparschäler schälen und in kleine Würfel schneiden. Den Fenchel putzen, waschen und samt Strunk in 2 mm große Würfel schneiden. Staudensellerie und Zucchini putzen, waschen und in 2 mm große Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und samt dem Grün in dünne Ringe schneiden. Den Puderzucker in einer großen tiefen Pfanne oder einem Topf bei mittlerer Hitze karamellisieren. Zwiebel, Karotte, Paprika, Fenchel und Staudensellerie darin andünsten. Das Tomatenmark dazugeben und kurz mitrösten. Die Brühe dazugießen, die passierten Tomaten hinzufügen und das Sojagranulat einstreuen. Alles mit einem Blatt Backpapier bedecken und knapp unter dem Siedepunkt etwa 30 Minuten garen.

Nach 15 Minuten Garzeit das Lorbeerblatt hinzufügen. Zuletzt die Zucchiniwürfel und Frühlingszwiebeln unterrühren. Kräuter, Knoblauch, Ingwer, Zitronen- und Orangenschale hinzufügen und alles noch einige Minuten ziehen lassen. Die Sauce mit Chilisalz und Pfeffer würzen und nach Belieben etwas kalte Butter hinzufügen.

Für die Nudeln die Spaghetti in reichlich kochendem Salzwasser mit dem Ingwer, 3 Minuten kürzer als auf der Packung angegeben, garen. In ein Sieb abgießen und abtropfen lassen, den Ingwer wieder entfernen.

Zum Servieren die Brühe in einer tiefen Pfanne erhitzen. Die vorgegarten Spaghetti dazugeben und etwa 2 Minuten garen, bis sie fast die gesamte Flüssigkeit aufgenommen haben. Zuletzt die kalte Butter unterrühren.

Die Spaghetti auf vorgewärmte Pastateller verteilen und die Gemüsebolognese darauf anrichten. Mit Parmesanspänen bestreut servieren.

Alfons Schuhbeck am 16. Juni 2020