

# Beluga-Linsen-Bolognese

(ca. 6 Portionen)

## Zutaten:

- 1 Stange Lauch
- 1-2 Zwiebeln
- 4-5 Möhren
- 1/4 Stück Sellerie
- 1/2 - 1 Tube Tomatenmark
- 200 g Beluga Linsen
- Olivenöl
- ca. 800 ml Wasser  
(etwas Rotwein optional)
- Kräutersalz, Gemüsebrühe, Pfeffer,  
Prise Zucker
- Italienische-Kräuter
- Parmesan



## So gehts:

Die Zwiebeln in Würfel schneiden, den Lauch in feine Ringe schneiden und waschen. Die Möhren und den Sellerie schälen und fein zerhacken oder grob raspeln.

In einem Topf etwas Olivenöl erhitzen, das Gemüse andünsten. Das Tomatenmark hinzugeben und alles etwas anrösten. Immer wieder mit Wasser und etwas Rotwein ablöschen. Die Linsen hinzugeben. Mit Kräutersalz, Gemüsebrühe und Pfeffer würzen und ca. 45 min köcheln lassen.

Frische Italienische Kräuter (Oregano, Thymian, Rosmarin, Basilikum) mit ca. 50 g Parmesan in einem Mixer fein hacken und zu der Soße geben. Alles nochmals abschmecken .

Schmeckt durchgezogen und aufgewärmt besonders gut.

