

**Tomatensauce
Mit Linsennudeln**
Veronika X

VX1/22

30. Juni 2022

Aufwand	2			
Vorbereitungszeit	1 P.	0h 6m	10 P.	0h 5m
Garzeit	0h 15m			
Art	VVZ			
Anmerkung	Vegan oder Vegetarisch			

Zutaten
Geräte

Komponente	1 P.		Richtdauer pro Stück	10 P.		Σ	SM	Äquivalent
Grundgericht			0m 0s			0m 0s	Kochkessel	Topf
Knoblauchzehen	2 g	0,5 Stk	0m 30s	15 g	5 Stk	2m 30s	Kochkessel	Topf
Zwiebeln	10 g	0,04 Stk	1m 0s	100 g	0,43 Stk	0m 26s	Topf	Topf
Gemüsebrühepulver	1 g	0,25 TL	0m 0s	10 g	2,5 TL	0m 0s	Bermixer	Pürierstab
Tomatenmark	8 g	0,5 EL	0m 0s	80 g	5 EL	0m 0s		
Oregano			0m 0s	0 g	0 Stk	0m 0s		
Basilikum			0m 0s	0 g	0 Stk	0m 0s		
Passierte Tomaten	250 ml		0m 0s	2.500 g		0m 0s		
Oliveöl			0m 0s			0m 0s		
Salz						0m 0s		
Nudeln			0m 0s			0m 0s		
Linsennudeln	125 g		0m 0s	1.250 g		0m 0s		

I. Vorgehen
A. Arbeit

1. Nudelwasser mit Salz erhitzen. Kocht es, Nudeln eingeben und wenn fertig abgießen.
2. Dabei Wasser für Gemüsebrühe aufsetzen und diese darin auflösen.
3. Währenddessen Zwiebeln sowie Knoblauch schälen und klein würfeln.
4. Olivenöl in einen Topf geben. Zwiebeln und Knoblauch goldgelb anschwitzen.
5. Anschließend Tomatenmark einrühren.
6. Passierte Tomaten unter ständigem Rühren Stück für Stück dazu gießen.
7. Aufgelöste Brühe mit in den Topf Geben und alles 5 Minuten köcheln lassen.
8. Anschließend pürieren.
9. Mit Salz abschmecken, Kräuter einlegen.
10. Auf Nudeln kippen.

II. Anhang

A. Zusatz

1. Statt passierten Tomaten können auch frische Tomaten oder Tomatenstücke aus der Dose verwendet werden.
2. Sahne untergerührt ist Geschmacksverstärker. Dann nicht mehr vegan.
3. Mozarellastücke geschmolzen in der fertigen Sauce schmeckt auch gut. Dann nicht mehr vegan.
4. Etwas Frischkäse lässt die Sauce cremiger erscheinen. Dann nicht mehr vegan.
5. Möhren- und Zucchiniwürfel können mit den Zwiebeln angebraten werden.

Referenztabelle		
Anzahl der Portionen		10
Anzahl des Küchenpersonals		3
Aufwand		2
Essensart		VVZ
Anmerkung	Vegan oder Vegetarisch	
Garzeit Summe		15m
Richtdauer Summe	Nicht ausfüllen	3m
Zusatzdauer abhängig von Personalanzahl		3m
Zusatzdauer unabhängig von Personalanzahl		3m
Vorbereitungszeit	Nicht ausfüllen	5m

B. [Links]

1. [Originalrezept](#)
2. [PDF](#)