

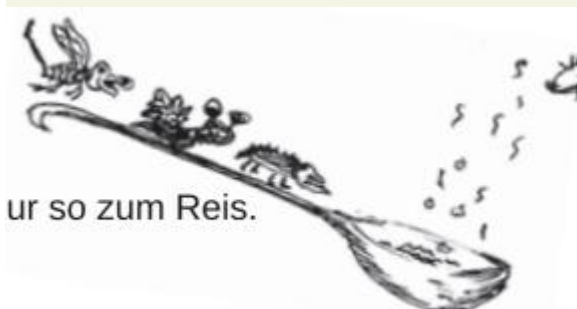
# TOMATEN - SOJA - BOLOGNESE

## Material und Zutaten für 50 Leute

- • Brenner und 15 L-Topf
- • 5 L-Schüssel
- • Reibe
- • 4 kg Dosentomaten
- • 1 kg Tomatenmark
- • 1,5 kg Sojagranulat
- • 1 kg Zwiebeln
- • 1 kg Möhren
- • Je 50 g Salz, Basilikum, Oregano, Paprika süß, 20 g Pfeffer
- • 1/2 L Sojasoße
- • 2 L Gemüsebrühe
- • 1/2 L Öl
- • Optional: 700 g Rote Linsen statt dem Granulat

## Zubereitung

1. Das Sojagranulat trocken in Öl anbraten und mit der Gemüsebrühe aufgießen. Granulat weiter braten, bis die Flüssigkeit aufgesaugt ist und dann mit der Sojasoße ablöschen, bis diese verdampft ist.
2. Gemüse kleinschneiden und in einem Topf mit Öl kurz anbraten, anschließend die Dosentomaten hinzugeben und bei mittlerer Flamme eine halbe Stunde köcheln lassen.
3. Das fertige Sojagranulat hinzugeben. Zum Schluss mit den Gewürzen abschmecken.



Version #1

Erstellt: 2026-05-07 17:39:00 UTC von sasha

Zuletzt aktualisiert: 2026-05-07 17:39:13 UTC von sasha