

Gartenbauschule

Hünibach

Biologisch-Dynamisch

Chartreusestrasse 7, 3626 Hünibach
Tel. 033 244 10 20, Fax 033 244 10 29
Laden: Tel. 033 244 10 21

Linsen Bolognese

4 Champignons	Champignons in Scheiben geschnitten, im Öl kurz anbraten
2 EL Olivenöl	
1 Zwiebel gehackt	beigeben, mitdünsten
1 Knoblauch gehackt	
250 g rote Linsen	beigeben
ca. 1 l Gemüsebouillon	laufend etwas beigeben, nur leicht kochen lassen für ca. 10 Min.
1 Rüebli geraffelt	
1 Lauchstange in Scheiben	beigeben, paar Minuten kochen
1 Dose (400g) Tomaten gehackt	beigeben, 10-15 Min. köcheln lassen bis Konsistenz der Linsen stimmt.
Oregano, Thymian, Salz und Pfeffer	
	Evtl. Tomatenpurée beigeben

Variationen:

- Anstelle Lauchstange, Selleriestange verwenden
- Kräuter wie Basilikum oder Estragon
- Scharfe Variation mit Chili, Tabasco etc.
- Geringe Menge Hackfleisch untermischen

Das Rezept wurde uns vom Mühlistübli in Steffisburg zur Verfügung gestellt.