

**JUST
TASTE**



**2
PORTIONEN**

KICHERERBSEN FETTUCCINE MIT LINSEN BOLOGNESE

ZUTATEN

- 100 g Kichererbsen Fettuccine, gekocht

PESTO-SAUCE

- 1 Tasse Linsen
- ½ rote Zwiebel in Würfel geschnitten
- 1 Knoblauchzehen in Scheiben geschnitten
- 1 mittelgroße Karotte in Würfel geschnitten
- 1 Selleriestiel in Würfel geschnitten
- 1 Dose Tomaten gewürfelt / stückig 400 g
- Frischer Basilikum
- SPZ (Salz, Pfeffer, Zucker)

Die Kichererbsen Fettuccine im Salzwasser kochen.



Die Linsen nach Packungsanleitung kochen. Dann die Zwiebeln und den Knoblauch in einer Pfanne mit Öl anbraten. Nach 2 Minuten die Karotten und den Sellerie hinzufügen. Mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen und 5 Minuten kochen lassen. Dann die gekochten Linsen und die Tomatensauce mit etwas zusätzlichem Wasser hinzugeben (wenn die Sauce zu dick ist). Alles 5 Minuten kochen lassen. Auf den Kichererbsen Fettuccine servieren und mit frischem Basilikum belegen.

Voila... Enjoy... Just Taste!



VEGAN



PROTEIN



GLUTENFREI



LOWER CARB



BALLASTSTOFFREICH

Mehr Rezepte unter www.justetaste.de oder auf

