

Bolognese mit Sonnenblumen Hack

Rezept für 2 Personen



Zutaten

76 g Sonnenblumen Hack (1 Packung)

3 Tomaten

1 gehackte Zwiebel

2 Knoblauchzehen

3 EL Pflanzen Öl

1 TL Steinsalz

1 EL italienische Kräuter Mischung

0,5 L Tomatensaft

Zubereitung

Tomaten, Zwiebel und Knoblauchzehen klein schneiden und in Öl anbraten. Tomatensaft und Kräuter zufügen und ca. 10 Minuten vor dem Servieren das Sonnenblumen Hack unterrühren.