

Spaghetti à la Balignese (pastasauce med tempeh og tomat)

Som hovedret til ca. 3–4 personer

Sauce

- 150 g tempeh af Korn + Hamp
 - 300 g tempeh af Hestebønne eller Flækærter
 - 1 dl olie
 - 1 stor gulerod
 - 1 lille squash
 - 1 aubergine
 - ½ rød peberfrugt
 - 3 zittauerløg
 - 3 fed hvidløg
 - 2 stilke blegselleri
 - 1 spsk. timian
 - 1 spsk. oregano
 - 1 spsk. paprika
 - 1 tsk. salt
 - 2 ds. tomatpuré
 - 1 ½ dl vand
 - ½ grøntsags bouillonterning
 - 5 laurbærblade
 - 1 ds. hakkede flåede tomater
 - ½ dl rødvin (kan undlades)
 - 1 tsk. sukker
 - Salt/peber
-

Fremgangsmåde

1. Skyl grøntsagerne og skær dem i store stykker. Kom dem op i en foodprocessor sammen med krydderierne (undtagen laurbærblade) og hak det hele så fint eller groft som du foretrækker.
2. Varm halvdelen af olien godt op i en stor gryde. Kom de hakkede grøntsager i gryden, og steg i 10–15 minutter hvor du rører indimellem.
3. Tilsæt tomatpuré og lad det riste godt af sammen med grøntsagerne.
4. Opløs bouillon i vandet og tilsæt det grøntsagerne, sammen med hakkede flåede tomater og laurbærblade. Skru ned for blusset og lad det hele simre ved lav varme i 15–20 min.
5. Imens saucen simrer rives tempeh på den grove side af et rivejern (eller hakkes lidt groft på foodprocessoren).
6. Varm resten af olien på en stor pande og rist tempeh af under hyppig omrøring i 5–7 minutter, til den får lidt farve og lidt knas.
7. Kom den ristede tempeh op i tomatsaucen og vend det rundt.
8. Smag til med sukker og evt. rødvin, sant salt og friskkværnet peber.
9. Servér sammen med kogt pasta eller brug den evt. i lasagne.

Tips og tricks:

Grøntsager der har ligget og blevet lidt trætte i grøntsagsskuffen kan med fordel bruges i denne sauce. Den egner sig også fint til at blive frosset ned og brugt ved senere lejlighed. Det er ikke så vigtigt hvilken tempeh variant du bruger til denne sauce, men vi anbefaler at bruge noget tempeh af Korn + Hamp, fordi det giver en lækker konsistens.