



Recette de spaetzle sauce bolognaise végétarienne

INGRÉDIENTS

Pour 4 personnes

Spaetzle aux légumes : 640 g
Tofu (nature ou basilic ou fumé) : 200 g
Oignon (ou échalote) : 1
Coulis de tomates : 400 g
Parmesan râpé : 40 g
Huile d'olive : 1 cuillère à soupe
Herbes de Provence séchées : 1 cuillère à soupe
Sel, Poivre

PRÉPARATION

1. Faire chauffer l'huile d'olive dans une grande poêle et y faire dorer les spaetzle aux légumes. Réserver lorsqu'ils ont pris une belle couleur dorée.
2. Tailler finement l'oignon ou l'échalote et le faire revenir quelques minutes dans la poêle vidée.
3. Découper le tofu pour lui donner l'apparence de la viande hachée et le faire dorer 5 minutes à feu moyen avec l'oignon.
4. Lorsque le tofu est doré, ajouter le coulis de tomates, les herbes de Provence et faire mijoter encore 5 mn.
5. Saler et poivrer.
6. Dresser les assiettes et parsemer de parmesan râpé.

Florence Bigot

Site web

Page Facebook

Bon Appétit !