



## ***Veggi Bolognese***

### **4 PORTIONER**

125 g Sojafärs ljus (torrvara)  
2 msk olivolja  
1 gul lök hackad  
2 vitlöksklyftor, hackade  
400 g krossade tomater  
1 msk tomatpuré  
1 msk kinesisk soja  
1,5 dl grönsaksbuljong  
oregano, timjan, peppar och salt

### **GÖR SÅ HÄR:**

Förväll sojafärsen enligt grundreceptet på förpackningens baksida. Fräs sojafärs, lök och vitlök ordentligt i olivolja. Tillsätt tomatpuré, kryddor och fräs ytterligare i 2 minuter. Tillsätt övriga ingredienser och låt småputtra i 15-20 minuter. Smaka av med salt och peppar. **Servera med valfri pasta.**



## ***Veggi Tacofärs***

### **4 PORTIONER**

125 g Sojafärs brun (torrvara)  
1 msk olja  
1 gul lök, hackad  
40 g Taco Spice Mix (1 påse)  
80 g majs-korn  
1 msk tomatpuré  
1 msk kinesisk soja  
200 g krossade tomater  
1,5 dl vatten

### **GÖR SÅ HÄR:**

Förväll sojafärsen enligt grundreceptet på förpackningens baksida. Fräs sojafärs och lök ordentligt i olja. Tillsätt Taco Spice Mix och majs. Låt fräsa i någon minut. Tillsätt sojan, krossade tomater och 1,5 dl vatten. Låt puttra några minuter. **Servera i Taco tubes eller Soft tortilla med tillbehör.**

Smaklig måltid önskar:

