



Veggi Bolognese

10 PORTIONER

300 g Vegfärs ljus (torrvara)
5 msk olivolja
2 gula lökar hackade
5 vitlöksklyftor, hackade
1 kg krossade tomater
2 msk tomatpuré
2 msk kinesisk soja
4 dl grönsaksbuljong
oregano, timjan, peppar och salt

GÖR SÅ HÄR:

Förväll vegfärsen enligt grundreceptet på förpackningens baksida. Fräs vegfärs, 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

10 PORTIONER

300 g Vegfärs brun (torrvara)
2 msk olja
2 gula lökar, hackade
100 g Taco Spice Mix
200 g majs-korn
2 msk tomatpuré
2 msk kinesisk soja
500 g krossade tomater
4 dl vatten

GÖR SÅ HÄR:

Förväll vegfärsen enligt grundreceptet på förpackningens baksida. Fräs vegfärs och lök ordentligt i olja. Tillsätt Taco Spice Mix och majs. Låt fräsa i någon minut. Tillsätt sojan, krossade tomater och 4 dl vatten. Låt puttra några minuter.

Servera i Taco tubes eller Soft tortilla med tillbehör.

Smaklig måltid önskar:

