



Vegan μακαρονάδα με κοκκινιστό κιμά

Μερίδες: 4

Χρόνος προετοιμασίας: 10 λεπτά

Χρόνος μαγειρέματος: 30-35

Χρόνος αναμονής: 10 λεπτά

Υλικά για τον κιμά

- 200 γρ. κιμά σόγιας, κατα προτίμηση βιολογικό
- 600 ml καυτό νερό
- 4-5 κ.σ. ελαιόλαδο
- 1 κρεμμύδι ψιλοκομμένο
- 1 πράσο ψιλοκομμένο
- αλάτι
- φρεσκοτριμμένο πιπέρι
- 2 σκελίδες σκόρδο τριμμένες
- 1 ξύλο κανέλας
- 4-5 κόκκους μπαχάρι
- ½ κ.γ. κύμινο
- 1 κ.σ. πελτές ντομάτας
- 150 ml λευκό κρασί
- 500 γρ. τριμμένες ντομάτες

Άλλα υλικά

- 500 γρ. λινκούινη ή σπαγγέτι
- 2 κ.σ. διατροφική μαγιά (προαιρετικά)
- 120 γρ. τριμμένο vegan τυρί για το σερβίρισμα (προαιρετικά)

Εκτέλεση

1) Βάζουμε σε μπολ τον κιμά σόγιας και τον περιχύνουμε με το καυτό νερό. Αφήνουμε να μουλιάσει για 10 λεπτά.

2) Σε ρηγή κατσαρόλα ζεσταίνουμε το ελαιόλαδο και σοτάρουμε το κρεμμύδι και το πράσο για 4-5 λεπτά μέχρι να μαλακώσουν.



- 3) Προσθέτουμε το σκόρδο, το ξύλο κανέλας και τα μπαχάρια και σοτάρουμε για 1 λεπτό.
- 4) Στραγγίζουμε τον κιμά σόγιας και τον ρίχνουμε στην κατσαρόλα, ανακατεύοντας μέχρι να εξατμιστούν τα πολλά υγρά.
- 5) Προσθέτουμε τον πελτέ ντομάτας και το κύμινο και σοτάρουμε για 1 λεπτό.
- 6) Σβήνουμε με το κρασί, περιμένουμε να εξατμιστεί το αλκοόλ και προσθέτουμε αλάτι και φρεσκοτριμμένο πιπέρι.
- 7) Προσθέτουμε τις ντομάτες, ανακατεύουμε και χαμηλώνουμε τη φωτιά. Αφήνουμε να σιγομαγειρευτεί για 15-20 λεπτά μέχρι να πήξει η σάλτσα. Στο τέλος του μαγειρέματος αν θέλουμε προσθέτουμε τη διατροφική μαγιά και ανακατεύουμε να ενσωματωθεί στη σάλτσα.
- 8) Εντωμεταξύ βράζουμε τα ζυμαρικά σε μπόλικο αλατισμένο νερό σύμφωνα με τις οδηγίες της συσκευασίας.
- 9) Στραγγίζουμε τα ζυμαρικά και τα ξαναβάζουμε στην κατσαρόλα που έβρασαν με 2 κ.σ. ελαιόλαδο. Ανακατεύουμε απαλά.
- 10) Σερβίρουμε τα ζυμαρικά ζεστά με τον κιμά και αν θέλουμε τριμμένο vegan τυρί.

**#LoveOnly,
Madame Ginger**