

Vollkorn-Spaghetti mit Tomatensoße

Zutaten: (für 10 Kinder)

500 g	Vollkorn-Spaghetti
5	Wiener Würstchen
4 Eßl.	Weizenmehl Typ 405
4 Eßl.	Sonnenblumenöl
300 g	Tomatenmark
5	Zwiebeln
	frisches Basilikum
	Salz, Oregano, Muskat
	Zucker
ca. 750 ml	Wasser
	evtl. Reibekäse

Zubereitung:

1. Die Spaghetti in kochendes, leicht gesalzenes Wasser geben.
(Kochzeit etwa 10-15 Minuten)
2. Wiener in Rädchen schneiden und Zwiebeln kleinhacken.
3. Die Wiener im heißem Öl anbraten, die Zwiebeln zugeben und ebenfalls anschwitzen.
4. Das Tomatenmark zugeben und mit Wasser auffüllen.
5. Das Mehl in kaltem Wasser anrühren und in die kochende Soße einrühren.
6. Die Soße aufkochen lassen und mit Gewürzen gut abschmecken.
Anschließend nochmals gut aufkochen.

Guten Appetit!

