

Genovese Vegetale

INGREDIENTI

2 Porzioni

2	coste di sedano
1	carota
6	cipolle bianche di medie dimensioni
120 g	di bistecchine di soia (da reidratare)
1,5 l	di brodo vegetale (metà per reidratare le bistecchine, metà per il sugo)
3 cucchiaini	<u>Salsa di Soia a Fermentazione Naturale a Tasso Ridotto di Sale</u> Pepe qb Olio qb

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Dopo aver lavato ed asciugato i vegetali, tagliate il sedano e la carota finemente; quindi, mettete in pentola con abbondante olio di oliva e fate ammorbidire a fiamma bassa.

Passaggio 2

Affettate le cipolle finissime e mettete in una ciotola con l'acqua.

Passaggio 3

Reidratate le bistecchine di soia nel brodo vegetale per almeno 30 min.

Passaggio 4

Aggiungete le cipolle scolate al soffritto e fate insaporire.

Passaggio 5

Aggiungete al soffritto le bistecchine di soia ben strizzate e sfilacciate.

Passaggio 6

Fate insaporire per bene, quindi, aggiungete Salsa di Soia Kikkoman a Fermentazione Naturale con il 43% di sale in meno, un pizzico di pepe e il concentrato.

Passaggio 7

Dopo aver fatto insaporire il tutto, aggiungete il

brodo vegetale, 2 o 3 mestoli, fino a coprire tutte le cipolle e fate cuocere a fiamma bassa senza coperchio per almeno 45 minuti, anche un'ora se necessario.

Passaggio 8

Se il brodo dovesse ritirarsi troppo aggiungetene altro.

Passaggio 9

Quando la soia e le cipolle saranno diventate tenerissime potete spegnere il fuoco e regolare, se necessario, di sale.

Passaggio 10

Non resta che cuocere il vostro formato di pasta preferito e condirlo con questo delizioso sughetto.