Recept geschikt voor: 4 personen | **Moeilijkheid:**
Voorbereidingstijd: 10 min | **Bereidingstijd:** 15 min | **Totale bereiding:** 25 min

Bertyn producten: Veggie Haché

Bron: bertyn.eu | Chef: Chantal Voets | © Chantal Voets

Recette de boulettes végétariennes au haché de seitan

Ingrediënten

- 1 Veggie Haché
- 25 g de liant (amidon de maïs, fécule de pomme de terre ou kuzu) mélangé à 70 ml d’eau
- des épices
- Un généreux filet d’huile d’olive
- 150g de chapelure

Bereiding

1. Dans un saladier, défaites le bloc de seitan.
2. Ajoutez ensuite le liant de votre choix et la noix de muscade.
3. Façonnez de solides boulettes avec ce mélange en les serrant bien dans vos mains.
4. Rouler les boulettes dans la chapelure, puis faites-les frire à feu vif dans un filet d’huile.
5. Faites-les cuire jusqu’à la formation d’une belle croûte.
6. Laissez-les suer suffisamment.