

Recept geschikt voor: 4 personen | **Moeilijkheid:**
Voorbereidingstijd: 25 min | **Bereidingstijd:** 30 min | **Totale bereiding:** 55 min

Bertyn producten: Veggie Protein Bloc - Dinkel

Bron: bertyn.eu | Chef: Stefano Vicinoadio | © Stefano Vicinoadio

Makkaroni mit einer pikanten Tomatensoße und Hackbällchen aus Seitan

Ingrediënten

Zutaten für die Tomatensoße:

- 1 Lauchstange
- 2 Karotten
- 1 Selleriestange
- 1 Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 kleine getrocknete Chilischote
- ½ Liter Rotwein
- ½ Liter hefefreie Gemüsebrühe
- 2 Dosen geschälte Tomaten (ca. 400 g)
- 4 EL Tomatenpüree
- 150 ml Olivenöl (Verde Salud von Amanprana)

- Eine Prise Fleur de Sel (Amanprana)
- Eine Prise Pfeffer
- 4 getrocknete Lorbeerblätter

Zutaten für die Hackbällchen aus Seitan:

- 1 Veggie Protein Bloc – Dinkel
- 1 kleine Zwiebel
- 1 kleine frische Chilischote
- 4 Knoblauchzehen
- 1 EL Maismehl
- 1 EL Paniermehl

Bereiding

1. Gemüse und Knoblauch putzen. Den Knoblauch in kleine Stücke und das Gemüse in gleich große Würfel schneiden.
2. Olivenöl in einer großen Pfanne erhitzen und den Knoblauch leicht anrösten. Danach das restliche Gemüse und das Tomatenpüree dazugeben und alles ca. 5 bis 8 Minuten köcheln lassen.
3. Dann mit Rotwein und Gemüsebrühe ablöschen und kurz aufkochen lassen.
4. Dann die Tomaten und die Lorbeerblätter dazugeben. Bei niedriger Hitze ca. 2 Stunden schmoren lassen.

Seitan-Hackbällchen zubereiten:

1. In der Zwischenzeit den Seitan, die Zwiebel, den Knoblauch und die Chilischote in Würfel schneiden, mischen und durch den Fleischwolf drehen, damit ein feiner Hackbrei entsteht.
2. Wenn kein Fleischwolf verfügbar ist, können Sie auch einen Mixer verwenden.
3. Den Hack dann mit einem Esslöffel Maismehl und einem Esslöffel Paniermehl mischen und gut durchkneten.
4. Wenn die Masse zu trocken wird, einige Tropfen Wasser dazugeben und weiterkneten.
5. Die Hack-Masse abdecken und 20 Minuten ruhen lassen.
6. Dann mit feuchten Händen gleichmäßige Bällchen formen und in Amanprana Kokosöl frittieren, bis sie eine goldbraune Farbe haben.
7. Die Bällchen auf Küchenpapier abtropfen lassen und danach in die Soße geben und zusammen mit der Soße köcheln lassen.
8. Zehn Minuten vor Ende der Kochzeit die Tomaten rausnehmen, klein schneiden/pürieren und dann wieder dazugeben.
9. Wasser mit Salz zum Kochen bringen und die Makkaroni darin al dente kochen. Schließlich alles zusammen warm servieren.