



Recept geschikt voor: 4 personen | **Moeilijkheid:** 👩🍳 👨🍳

Vorbereidingstijd: 15 min | **Bereidingstijd:** 15 min | **Totale bereiding:** 30 min

Bertyn producten: [Veggie Protein Bloc - Dinkel](#) [Veggie Protein Bloc - Natur](#) [Veggie Protein Bloc - Weizen](#)

Bron: bertyn.eu | Chef: [Stefano Vicinoadio](#) | © Stefano Vicinoadio

Cremige Kartoffelsuppe mit Seitanwürfeln und Mandelmilch

Ingrediënten

- 300 g Kartoffeln
- 300 ml Mandelmilch oder andere pflanzliche Milch
- 400 g Veggie Protein Seitan - Bloc, gewürfelt
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Zwiebel
- 300 ml hefefreie Gemüsebrühe
- 1 EL rotes Palmöl (Amanprana Red Palm Oil)
- ½ Bund glatte Petersilie
- 1 EL Hefeflocken
- Eine Prise Fleur de Sel (Khoisan Fleur de Sel)
- Eine Prise Pfeffer
- 1 TL Gewürzmischung (ORAC Botanico-Mix spicy von Amanprana)

Bereidung

1. Die Kartoffeln, den Knoblauch und die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden.
2. Mit dem Seitan kurz in dem roten Palmöl anbraten und mit Gemüsebrühe und Mandelmilch ablöschen.
3. Dann köcheln lassen, bis die Kartoffeln weich sind, und die Suppe mit Salz, Pfeffer, Gewürzmischung und Hefeflocken abschmecken.
4. Schließlich die Petersilie fein hacken, durch die Suppe rühren und dann die Suppe sofort servieren.