



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

Vorbereidingstijd: 15 min | **Bereidingstijd:** 0 min | **Totale bereiding:** 15 min

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

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

Indische gefüllte Zucchini mit Seitan, Garam masala und Petersilie

Ingrediënten

- 400 g Veggie Protein Bloc in Würfel
- 2 große Zucchini
- 4 EL gebratene Zwiebeln
- EL Kräutermischung ([ORAC Botanico mix mit Chili von Amanprana](#))
- 3 EL Omega Öl ([Happy Perilla Special Omega Öl von Amanprana](#))
- 1 Bund glatte Petersilie
- Eine Prise [Fleur de Sel \(Amanprana\)](#)
- Ein Prise Pfeffer

Bereidung

1. Den Ofen auf 180°C vorheizen.
2. Die Zucchini waschen und halbieren.
3. Die Zucchini mit einem Eiskugelformer aushöhlen.
4. Den Seitan zusammen mit der Petersilie, den gebratenen Zwiebeln, der Kräutermischung und ein wenig Salz und Pfeffer in den Mixer geben.
5. Mit der Mischung können Sie die Zucchini füllen.
6. Die gefüllten Zucchini anschließend in eine Auflaufform legen, mit etwas Öl beträufeln und mit Fleur de Sel und Pfeffer würzen.
7. Das Gericht ca. 35-40 Minuten im Ofen backen.
8. Zum Beispiel mit Kartoffeln oder Reis servieren. Guten Appetit!