



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

Vorbereidingstijd: 15 min | **Bereidingstijd:** 30 min | **Totale bereiding:** 45 min

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

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

Großmutter's Kartoffelsuppe mit in rotem Palmöl gebratenem Seitan

Ingrediënten

- 100 g Seitan in kleinen Würfeln und mariniert in Liquid Smoke (Veggie Protein Bloc)
- 700 g mehlig Kartoffeln
- 1,5 l Gemüsebouillon
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 2 Karotten
- 2 Stangen Sellerie
- Schwarzer Pfeffer aus der Pfeffermühle
- Fleur de Sel (Amanprana)
- Kräutermischung (Amanprana ORAC Botanico Mix)
- 5 Zweige Petersilie, gehackt
- 1 EL rotes Palmöl (Amanprana)

Bereidung

1. Die Kartoffeln schälen, waschen und in gleichmäßige Würfel schneiden.
2. Mit den Karotten und dem Sellerie ebenso verfahren.
3. Anschließend die Gemüsebouillon zum Kochen bringen und das vorbereitete Gemüse hineingeben.
4. Ca. 25 Minuten gar kochen.
5. In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen, in Würfel schneiden und zusammen mit dem Seitan in dem roten Palmöl braten.
6. Die Gemüsebouillon kurz pürieren und in den Topf mit dem gebratenen Gemüse und dem Seitan geben.
7. Gut vermischen und noch mit etwas Fleur de Sel, Pfeffer und Kräutermischung würzen.
8. Die Suppe direkt vor dem Servieren mit etwas Petersilie bestreuen. Guten Appetit.