



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

**Vorbereidingstijd:** 25 min | **Bereidingstijd:** 25 min | **Totale bereiding:** 50 min

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

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

# Rohe Gazpachosuppe mit Brunnenkresse und Seitencarpaccio

## Ingrediënten

- 100 g Veggie Protein Bloc
- 6 Tomaten in Vierteln
- 1 kleine Zucchini
- 1 rote Paprika
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Frühlingszwiebel
- 1 Tasse Wasser
- 1 EL [Kokosblütenzucker \(Amanprana Gula Java Brut\)](#)
- 2 EL Hefeflocken
- ½ TL [Kräutermischung \(ORAC Botanico Mix von Amanprana\)](#)
- 2 TL Paprika
- 5 EL Brunnenkresse
- 1 kleine Zwiebel
- 4 EL [Walnussöl \(Perigord extra vierge Walnussöl von Amanprana\)](#)

- 1 kleine rote Chili

## Bereidung

1. Den Tamari-Seitan hauchdünn schneiden, mit Zitronensaft und Walnussöl beträufeln, Salz und Pfeffer dazugeben, die Brunnenkresse putzen und die Zwiebeln fein hacken.
2. Knoblauch schälen und zusammen mit Tomaten, Zucchini, Paprika, Frühlingszwiebeln, Wasser, Kokosblütenzucker, Hefeflocken, süßem Paprikapulver und Chili 3 Minuten im Mixer pürieren.
3. Anschließend die Brunnenkresse und Zwiebel untermischen und lauwarm mit dem Seitancarpaccio servieren. Guten Appetit!