



Recept geschikt voor: 8 personen | **Moeilijkheid:** 🍳 🍳 🍳

Vorbereidingstijd: 10 min | **Bereidingstijd:** 15 min | **Totale bereiding:** 25 min

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

Bron: bertyn.eu | Chef: [Chantal Voets](#) | © Chantal Voets

Würziges Seitan-Hack-Brot mit Tymian und Oregano

Ingrediënten

- 3 Eier
- 400 g Seitan-Hack
- 8 Knoblauchzehen, fein gehackt
- 1 Paprika, gelb oder rot, fein gehackt
- 200 g geriebener Käse, Cheddar oder ein anderer herzhafter Käse
- 200 g Champignons, fein gehackt
- 1 bis 2 rote Zwiebel/n, fein gehackt
- 200 g Tomatensoße
- 50 g Kokosmehl Amanprana
- 1 Teelöffel Oregano
- 1 Teelöffel Thymian
- eine Prise Amanprana Orac Botanico mix mild of spicy
- 1 Esslöffel Kokosöl Nativ Extra Amanprana

Bereidung

1. Schmoren Sie die Zwiebeln, Paprika und den Knoblauch in etwas Kokosöl bei niedriger Hitze.
2. Nehmen Sie den Topf vom Herd und mischen Kokosmehl, Seitan-Hack, Käse, Champignons, Eier und die Kräuter unter das warme Gemüse.
3. Nehmen Sie ein Backblech (z. B. eine lange Cake-Form) und geben die Mischung hinein. Gut andrücken, bis Sie eine schöne Form erhalten. Gießen Sie die Tomatensoße darüber.
4. Backen Sie dieses Hack-Brot im vorgeheizten Ofen ungefähr eine halbe Stunde bei 175°C.
5. Wenn die Mischung gar ist (das merken Sie, wenn Sie mit der Gabel hinein stechen und nichts daran kleben bleibt), drehen Sie die Form um auf einen Teller und servieren darauf das Hack-Brot.