

Recept geschikt voor: 3 stuks | **Moeilijkheid:**
Voorbereidingstijd: 1 min | **Bereidingstijd:** 8 min | **Totale bereiding:** 9 min

Bertyn producten: Instant Protein Veganmix – 3x 90g Seitanburger

Bron: bertyn.eu | Chef: Serge Restiau | © Serge Restiau

Faire 3 burgers de seitan végétaliens riches en protéines en 60 secondes

Ingrediënten

- 1 sachet Instant Protein Veganmix – 3x 90g Seitanburger de Bertyn (150 g)
- 120 à 150 ml d'eau

Bereiding

1. Verser le mélange végétalien protéiné instantané dans un grand bol.
2. Ajouter 120 à 150 ml d'eau et en faire une masse homogène.
3. Diviser le seitan en 3 et former 3 burgers.
4. Placer les burgers dans la poêle, les presser avec une spatule et les faire frire des deux côtés dans de l'huile d'olive extra vierge.