

Recept geschikt voor: 4 personen | **Moeilijkheid:**
Voorbereidingstijd: 15 min | **Bereidingstijd:** 10 min | **Totale bereiding:** 25 min

Bertyn producten: Veggie Protein Bloc - Épeautre

Bron: bertyn.eu | Chef: Stefano Vicinoadio | © Stefano Vicinoadio

gyros végétarien recette au seitan aromatisé au romarin et persil

Ingrediënten

- 550 g Veggie Protein Bloc – Épeautre
- 250 ml Huile d’olive (Amanprana Verde Salud)
- 4 Gousses d’ail
- 1 Gros oignon
- 2 cuillers à soupe Poudre de paprika épicée
- 1 cuiller à café Poudre de paprika douce
- 1 bouquet Basilic frais
- 1 cuiller à soupe Huile de Palme rouge (Amanprana)
- ½ bouquet Persil
- 1 cuiller à soupe Romarin
- 1 cuiller à soupe Thym
- 1 cuiller à café Poudre de piment chili
- 1 cuiller à soupe Sucre de fleur de coco (Amanprana Gula Java Brut)
- ½ cuiller à soupe Fleur de sel (Amanprana)

Bereiding

1. Sortir le seitan de son emballage et rincer la marinade.
2. Couper le seitan en lamelles, comme celles d’un gyros, et les placer dans un grand bol. Peler l’ail et l’oignon et les découper en petits blocs à ajouter au seitan avec l’huile d’olive et les épices.
3. Mélanger vigoureusement à la main (utiliser des gants jetables) jusqu’à ce que le seitan soit bien imprégné.
4. Hacher finement le persil et le basilic et réserver.
5. Faire chauffer une cuiller d’huile d’olive dans une poêle et y faire revenir le seitan. Ajouter le romarin et les épices peu avant de servir.
6. Le gyros végétarien peut être servi avec plusieurs garnitures comme des frites cuites à l’huile de coco, une salade, du riz ou sur un pain pita avec un tzatziki au soja.