



**Recept geschikt voor:** 4 personen | **Moeilijkheid:** 👨‍🍳 👩‍🍳  
**Vorbereidingstijd:** 0 min | **Bereidingstijd:** 30 min | **Totale bereiding:** 30 min  
**Bertyn producten:** [Veggie Protein Bloc - Épeautre](#)

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

# Sate végétarien de seitan a la sauce aux arachides

## Ingrediënten

Pour la sauce aux arachides :

- 2 échalotes
- 2 gousses d'ail
- un filet d'[huile de coco extra vierge+ Amanprana](#)
- 125g de cacahuètes grillées
- 200 ml de lait de coco ou d'eau
- 1 à 2 piments frais?
- 1 cuillère à soupe de [sucre de fleurs de coco Gula Java](#)
- un filet de ketjap manis

Pour le saté végétarien :

- 400g Veggie Protein Bloc - Épeautre
- 4 piques (en bois)
- un filet d'[huile de coco \(Amanprana\)](#)

# Bereiding

## Saté végétarien :

1. Déchirez le Veggie Protein Seitan - Épeautre Bloc morceaux pour obtenir une structure ressemblant à du poulet et enfitez-les sur une pique.
2. Dans une poêle à griller, faites griller les satés dans un peu d'huile de coco jusqu'à ce qu'ils brunissent.

## La sauce aux arachides :

1. Hachez finement les échalotes et l'ail et faites-les revenir avec un peu d'huile de coco dans une poêle.
2. Ajoutez les cacahuètes et faites rissoler le tout jusqu'à ce que cela brunisse légèrement.
3. Ajoutez le lait de coco ou l'eau, les piments coupés, le sucre de fleur de coco et le ketjap manis.
4. Mixez le tout jusqu'à obtenir une consistance lisse et ajoutez éventuellement un peu d'eau.