



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

**Vorbereidingstijd:** 40 min | **Bereidingstijd:** 20 min | **Totale bereiding:** 60 min

**Bertyn producten:** [Veggie Protein Bloc - Épeautre](#) [Veggie Protein Bloc - Froment](#) [Veggie Protein Bloc - Natur](#)

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

# Cannellonis italiens au seitan haché. Recette avec des chanterelles et une sauce fromage végétalienne

## Ingrediënten

### Ingrédients pour la sauce du seitan :

- 1 paquet de légumes pour soupe (poireaux, carottes, céleri)
- 1 oignon
- 2 gousses d'ail
- 1 petit piment séché
- 500 ml de vin rouge
- 500 ml de bouillon de légumes sans levure
- 2 boîtes de tomates pelées (400 g)
- 4 CS de concentré de tomate
- 150ml d'huile d'olive (Verde Salud d'Amanprana)
- Une pincée de fleur de sel (Amanprana)

- Une pincée de poivre
- 4 feuilles de laurier

### **Ingrédients pour le haché de seitan :**

- 400 g Veggie Protein Bloc
- 200 g de noix de cajou trempées
- 150 g de chanterelles
- 1 petit oignon
- 1 petit piment frais
- 4 gousses d'ail
- De la farine de maïs

### **Ingrédients pour la sauce fromage végétalienne :**

- 150 g de pommes de terre nouvelles
- 60 g de carottes
- 1 oignon moyen
- 250ml d'eau
- 60 g de tahin (pâte de sésame)
- 2 gousses d'ail
- 1 cc de moutarde
- 1 cc de fleur de sel (Khoisan fleur de sel)
- ½ cc de poivre
- 1 cc de jus de citron vert
- ¼ cc de piment
- 100 ml d'huile d'olive (Verde Salud d'Amanprana)
- 4 CS de levure en flocons
- 1 pincée de safran (safran Amanprana)

# Bereiding

1. Commencez par éplucher tous les légumes et l'ail. Hachez l'ail en morceaux fins et coupez tous les légumes, etc. en cubes uniformes.
2. Chauffez l'huile dans une grande poêle et faites revenir l'ail légèrement.
3. Ajoutez le reste des légumes et le concentré de tomates.
4. Faites mijoter à feu doux pendant 5 à 8 minutes.
5. Déglacez alors la poêle au vin rouge et au bouillon de légumes, puis amenez le tout brièvement à ébullition.
6. Ajoutez ensuite les tomates et les feuilles de laurier.
7. Baissez le feu et faites mijoter environ 2 heures.

## **Préparation de la sauce fromage végétalienne :**

Ensuite, commencez à préparer la sauce fromage végétalienne.

1. Coupez les pommes de terre, les carottes et l'oignon en petits cubes, et faites-les cuire à feu doux dans un peu d'eau.
2. Réduisez ensuite ces légumes en purée dans un mixeur avec les autres ingrédients jusqu'à obtenir la consistance du fromage coulant.

## **Préparation du haché de seitan :**

1. Pendant ce temps, coupez le seitan, les noix de cajou ayant trempé toute une nuit, les chanterelles, l'oignon, l'ail et le piment en dés et passez le tout dans le hachoir pour obtenir un haché très fin.
2. Mélangez le haché avec un peu de farine de maïs et malaxez bien.
3. Si le mélange devient trop sec, ajoutez quelques gouttes d'eau et continuez de malaxer jusqu'à obtenir la consistance souhaitée.
4. Couvrez le haché et laissez-le reposer pendant 20 minutes.

## **Garnissage des cannellonis et cuisson au four :**

1. Garnissez délicatement les cannellonis avec le haché de seitan et disposez-les dans deux plats à gratin.
2. Versez dessus la sauce préparée, puis nappez avec la quantité de sauce fromage désirée.
3. Préchauffez le four à 180 °C et faites-y cuire les cannellonis 15 à 25 minutes jusqu'à ce que la sauce fromage soit dorée.
4. Servez chaud et profitez de ce succulent gratin végétalien.