



Recept geschikt voor: 1000 gram | **Moeilijkheid:** 🍳 🍳

Vorbereidingstijd: 0 min | **Bereidingstijd:** 0 min | **Totale bereiding:** 0 min

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

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

Marinade pour spare ribs style tex-mex

Une délicieuse sauce au sucre de fleur de noix de coco pour accompagner le seitan

Ingrediënten

- Veggie Protein Bloc
- 500 ml Ketchup de tomates (de préférence fait maison)
- 100 ml Huile d'olive (Amanprana Verde Salud)
- 2 cs Fumée liquide
- 1 Oignon
- 4 Gousses d'ail
- 2 Piments rouges frais
- 2 cs Épices (Amanprana ORAC Botanico-mix)
- 4 cs Sirop d'érable +
- 1 Sucre de fleur de noix de coco (Amanprana Gula Java Brut)
- 1 cc Paprika en poudre doux
- 1 cc Poivre
- 1 cc Fleur de sel

Bereiding

1. Éplucher le piment, l'ail et les oignons et les découper en très petits dés.
2. Faire chauffer l'huile dans une sauteuse et y faire revenir les dés de légumes jusqu'à ce qu'ils soient devenus tendres.
3. Retirer la poêle du feu et ajouter les autres ingrédients.
4. Continuez bien à mélanger jusqu'à ce que le mélange soit bien équilibré.
5. Assaisonner la marinade avec du sel, du poivre noir et du paprika en poudre doux, et éventuellement verser la sauce encore chaude sur un morceau de seitan préparé.
6. Laisser reposer le seitan 2 heures minimum afin de bien laisser pénétrer la marinade, avant de le cuire à la poêle ou au grill.