



**Recept geschikt voor:** 6 personen | **Moeilijkheid:** 👩🍳 👨🍳  
**Vorbereidingstijd:** 15 min | **Bereidingstijd:** 100 min | **Totale bereiding:** 115 min  
**Bertyn producten:** [Veggie Haché](#)

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

# Recette de pain de haché de seitan végétarien

## Ingrediënten

- 1 à 2 oignons rouges
- 8 gousses d'ail
- 1 poivron, jaune ou rouge
- 1 cuillère à soupe d'huile de coco extra vierge (Amanprana)
- 1 Veggie Haché
- 50 g de fibres de coco (Amanprana)
- 200 g de fromage râpé, de cheddar ou d'un autre fromage corsé
- 200 g de champignons
- 3 œufs
- 1 cuillère à soupe d'Adapto Botanico-mix (Amanprana)
- un peu de fleur de sel (Amanprana)
- un peu de poivre
- 200 g de sauce tomate

# Bereiding

1. Préchauffez le four à 175 °C.
2. Hachez finement les oignons, l'ail et le poivron.
3. Faites chauffer dans une poêle un peu d'huile de coco et faites revenir les légumes.
4. Retirez la poêle du feu et mélangez les fibres de coco, le seitan haché, le fromage, les champignons, les œufs et les épices aux légumes chauds.
5. Versez le mélange dans un moule (par exemple un moule à cake).
6. Pressez bien le tout et nappez de sauce tomate.
7. Faites cuire le pâté dans un four préchauffé à 175 °C pendant environ une demi-heure.
8. Lorsque le pâté est cuit (piquez une fourchette dedans, si elle ressort sèche, le pâté est cuit), sortez-le du four.
9. Placez une assiette à l'envers sur le moule et retournez le tout pour démouler le pâté.
10. Coupez éventuellement en tranches et servez.