



Recept geschikt voor: 2 personen | **Moeilijkheid:** 👨‍🍳 👩‍🍳
Vorbereidingstijd: 0 min | **Bereidingstijd:** 0 min | **Totale bereiding:** 0 min

Bertyn producten:

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

Sandwich veggie catalan au seitan d'épautre

Ingrediënten

- 1 baguette complète
- 1 tomate
- 1 oignon rouge
- 2 Veggie Protein Seitan - d'épautre Steaks
- un filet d'huile de palme rouge extra vierge Amanprana
- 1 cuillère à café de moutarde
- 2 poignées de salade mixte

Selon votre goût et votre imagination, vous pouvez aussi ajouter les ingrédients suivants: des herbes fraîches comme du basilic, de la coriandre, du persil, ou des cornichons aigres...

Bereiding

1. Coupez la baguette en deux, puis coupez chaque moitié dans le sens de la longueur.
2. Coupez la tomate et l'oignon rouge en fines rondelles.
3. Faites égoutter le seitan pendant que vous chauffez un filet d'huile de palme rouge dans une poêle à griller.
4. Cuisez le seitan jusqu'à ce qu'il soit bien doré.
5. Tartinez la partie inférieure de la baguette avec de la moutarde.
6. Placez-y quelques feuilles de salade, puis le seitan grillé. Terminez avec quelques rondelles de tomate et d'oignon rouge et éventuellement quelques herbes fraîches.