

Recept geschikt voor: 4 personen | **Moeilijkheid:** 👨‍🍳 👨‍🍳
Voorbereidingstijd: 15 min | **Bereidingstijd:** 15 min | **Totale bereiding:** 30 min

Bertyn producten: Veggie Protein Bloc - Épeautre Veggie Protein Bloc - Froment Veggie Protein Bloc - Natur

Bron: bertyn.eu | Chef: Stefano Vicinoadio | © Stefano Vicinoadio

Soupe crémeuse à la pomme de terre, avec des morceaux de seitan et du lait d’amande

Ingrediënten

- 300 g de pommes de terre
- 300 ml de lait d’amande ou d’un autre lait végétal
- 400 g de Veggie Protein Seitan – Bloc en morceaux
- 2 gousses d’ail
- 1 oignon
- 300 ml de bouillon de légumes sans levure
- 1 càs d’huile de palme rouge (Amanprana Red Palm oil)
- ½ bouquet de persil plat
- 1 càs de flocons de levure
- Une pincée de fleur de sel (Khoisan fleur de sel)
- Une pincée de poivre
- 1 càc de mélange d’épices (Amanprana ORAC mélange d’épices, piquant)

Bereiding

1. Epluchez les pommes de terre, l’ail et l’oignon et coupez-les en petits dés.
2. Faites revenir avec le seitan dans l’huile de palme rouge et déglacez avec le bouillon de légumes et le lait d’amande.
3. Faites mijoter le tout jusqu’à ce que les pommes de terre soient tendres et assaisonnez avec le sel, le poivre, le mélange d’épice et les flocons de levure.
4. Emincez ensuite le persil et ajoutez-le en remuant. Servez immédiatement.