



Recept geschikt voor: 4 personen | **Moeilijkheid:** 👨‍🍳 👩‍🍳
Vorbereidingstijd: 45 min | **Bereidingstijd:** 20 min | **Totale bereiding:** 65 min
Bertyn producten: [Veggie Protein Steak - Spelt](#)

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

Gemarineerde seitan met venkelzaad, mosterd, kokosbloesemsuiker en walnootolie

Ingrediënten

- 4 Veggie Protein Steaks – Spelt
- 1 Gedroogde chili
- 2tl Fleur de sel ([Khoisan fleur de sel](#))
- 4tl Venkelzaden
- 4el Dijon mosterd
- 2el Kokosbloesemsuiker ([Amanprana Gula Java Brut](#))
- 6el Walnootolie ([Amanprana Perigord](#))

Bereiding

1. Meng de Dijon mosterd met de kokosbloesemsuiker, zet dit hierna apart.
2. De gedroogde chili fijn verkruiden en samen met het zout in een vijzel fijnmalen. De venkelzaden toevoegen en alles nog een keer kort fijnmalen. Dit alles met de mosterd en olie tot een romige saus mengen.
3. De seitan uitpakken en met keukenrol droog deppen.
4. De zojuist gemaakte saus met mosterd en venkel op de seitan smeren, deze afdekken en gedurende 30 minuten in de koelkast zetten zodat de saus goed in kan trekken.
5. De seitan steaks op een fijne grill of in een grillmand leggen en met ca. 10 cm afstand van het vuur gedurende 10 - 15 minuten grillen.
6. Tussendoor een keer omdraaien.
7. Vervolgens direct warm serveren. Smakelijk eten.