



**Recept geschikt voor:** 4 personen | **Moeilijkheid:** 🧑🍳 🧑🍳  
**Vorbereidingstijd:** 0 min | **Bereidingstijd:** 0 min | **Totale bereiding:** 0 min

**Bertyn producten:** [Teriyaki Protein Tops](#)

Bron: [bertyn.eu](http://bertyn.eu) | Chef: [Serge Restiau](#) | © Serge Restiau

# Japanse teriyaki seitan met noedels

## Ingrediënten

- 4 rolletjes soba noedels of harusame
- 20 g wakame (zeewier)
- 1 bakje waterkers
- Teriyaki Protein Tops
- 1 bakje rode bietenscheuten
- Een scheut ume-azijn
- 1 theel geroosterde sesamolie
- 1 eetl sojasaus
- 1 bussel verse koriander

## Bereiding

1. Kook de deegwaren zoals voorgeschreven en koel ze af in veel water.
2. Week de wakame zeewier in lauw water.
3. Laat de zeewier uitlekken en knijp deze goed uit.
4. Was de waterkers en de rode bietenscheuten en laat ze beide goed uitlekken.
5. Meng de groentjes en het zeewier samen met de azijn en olie.
6. Schik de uitgelekte deegwaren op een rechthoekig bord en sprenkel er een paar druppels sojasaus over (naar smaak).
7. Laat ondertussen de seitan in een pan zachtjes bakken tot hij begint te glaceren.
8. Schik vervolgens de warm afgebakken teriyaki seitan erboven op.
9. Leg de sla in een apart kopje op het bord, werk af met verse koriander.