



Recept geschikt voor: 4 personen | **Moeilijkheid:** 🍳 🍳

Vorbereidingstijd: 25 min | **Bereidingstijd:** 30 min | **Totale bereiding:** 55 min

Bertyn producten: [Veggie Protein Bloc - Spelt](#)

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

Macaroni met een pikante tomatensaus en gehaktballen van seitan

Ingrediënten

Ingrediënten voor de tomatensaus:

- 1 prei
- 2 wortelen
- 1 stengel selderij
- 1 ui
- 2 teentjes knoflook
- 1 kleine gedroogde chilipeper
- ½l rode wijn
- ½l gistvrije groentebouillon
- 2 blikjes gepelde tomaten (ca. 400 g)
- 4el tomatenpuree
- 150ml Olijfolie (Verde Salud van Amanprana)
- Een snufje fleur de sel (Amanprana)
- Een snufje peper

- 4 gedroogde laurierbladeren

Ingrediënten voor de gehaktballen van seitan:

- 1 Veggies Protein Bloc - Spelt
- 1 kleine ui
- 1 kleine verse chilipeper
- 4 teentjes knoflook
- 1el maïsmeel
- 1el Paneermeel

Bereiding

1. Maak om te beginnen alle groenten en de knoflook schoon. Hak de knoflook in fijne stukjes en snijd alle groenten in gelijkmatige blokjes.
2. Verwarm de olijfolie in een grote pan en rooster de knoflook lichtjes.
3. Voeg daarna de rest van de groenten toe samen met de tomatenpuree en laat het geheel ca. 5 à 8 minuten lang lichtjes aanstoven.
4. Blus daarna met rode wijn en groentebouillon en kook het geheel kort op.
5. Voeg vervolgens de tomaten en de laurierbladeren toe.
6. Zet het vuur zachtjes en laat alles ca. 2 uur sudderen.

Het maken van gehaktballen van seitan:

1. Snijd intussen de seitan, de ui, de knoflook en de chilipeper in blokjes en draai alles samen door een gehaktmolen, zodat je een fijne gehaktbrij krijgt.
2. Wanneer er geen gehaktmolen aanwezig is kun je deze ook in een mixer toevoegen.
3. Meng het gehakt vervolgens met een eetlepel maïsmeel en een eetlepel paneermeel en kneed alles goed door elkaar.
4. Als het allemaal iets te droog begint te worden, voeg je een paar druppels water toe en ga je verder met kneden.
5. Laat het gehakt daarna 20 minuten afgedekt rusten.
6. Draai vervolgens met vochtige handen gelijkmatige ballen en frituur deze goudbruin in Amanprana kokosolie.
7. Wanneer deze goudbruin zijn laat je de balletjes eerst op huishoudpapier uitdruppelen om ze daarna aan de saus toe te voegen en samen met de saus verder te laten koken.
8. 10 minuten voor het einde van de kooktijd haalt u de tomaten eruit en snijdt u deze klein/pureert u deze om ze daarna opnieuw toe te voegen.
9. Breng vervolgens water met zout aan de kook en kook de macaroni hierin al dente.
10. Dien ten slotte alles samen warm op.