



Recept geschikt voor: 4 personen | **Moeilijkheid:** 👨‍🍳 👩‍🍳
Vorbereidingstijd: 0 min | **Bereidingstijd:** 30 min | **Totale bereiding:** 30 min
Bertyn producten: [Veggie Protein Bloc - Spelt](#)

Bron: bertyn.eu | Chef: [Martine Prenen](#) | © Martine Prenen

Vegetarische Mexicaanse seitan schotel

Ingrediënten

Seitan schotel

- 1 ui
- 1 Veggie Protein Bloc - Spelt
- 2 paprika's
- 4 tomaten

- rode palmolie ([Amanprana](#))
- 1/2 tl cayennepeper
- 1 tl chilipoeder
- 1 el gemalen komijn
- 1 el oregano
- snuffje fleur de sel of [Orac Botanico Mix \(Amanprana\)](#)
- 4 looktenen
- 1 bussel koriander
- 1 korianderwortel

Guacamole

- 2 rijpe avocado's
- 2 rijpe tomaten
- ½ rode ui
- sap van 2 limoenen
- sjoaroom
- paar druppels tabasco
- 2 looktenen
- 2 chilipepertjes zonder zaad, fijn gesnipperd of chilivlokken
- versgemalen zwarte peper
- 2 el korianderblaadjes

Walnotendip

- 150 g walnoten
- 150 feta
- 1 lookteen
- 2 handjes peterselie
- 1 tl korianderzaad
- snufje cayennepeper
- walnootolie (Amanprana)

Bereiding

Seitanshotel:

1. Snij de ui in ringetjes en stooft hem in palmolie op een middelhoog vuur.
2. Voeg cayennepeper, chilipoeder, komijn, oregano en zout toe en laat 1 minuut stoven.
3. Hak de seitan fijn en snij de paprika in reepjes. Bak ze 5 minuten goed door. Blijf ondertussen roeren.
4. Snij de tomaten in acht stukken. Laat samen met de gesnipperde look even garen.
5. Neem van het vuur. Voeg de fijngehakte koriander en de gehakte wortel toe. Roer door elkaar.
6. Serveer met tortilla's of taco's en guacamole.

Guacamole:

1. Halveer en ontpit de avocado's, haal het vruchtvlees er met een lepel uit en doe het in een blender.
2. Schil de tomaten en snij ze in stukjes. Doe ze ook in de blender.
3. Voeg nu ook alle andere ingrediënten toe.
4. Versier met nog wat extra koriander.

Walnotendip:

1. Maal de walnoten, look en het grootste deel van de peterselie tot een fijne pasta.
2. Verkruimel daar de feta bij. Giet er 120ml water over en draai samen met het korianderzaad en de cayennepeper nog even door de blender.
3. Schep in een kommetje. Sprenkel er wat walnootolie over en garneer met peterselie.