



Recept geschikt voor: 6 personen | **Moeilijkheid:** 🍳 🍳
Vorbereidingstijd: 15 min | **Bereidingstijd:** 45 min | **Totale bereiding:** 60 min

Bertyn producten: [Teriyaki Protein Tops](#)

Bron: bertyn.eu | Chef: [Isabel Boerdam](#) | © Isabel Boerdam

Vegan gehaktbrood met tomaat en seitan

Ingrediënten

- 2 Teriyaki Protein Tops
- 1 eetlepel Orac+ Botanico Mix (Amanprana)
- 2 uien, gepeld en fijngesneden
- 2 teentjes knoflook, gepeld en fijngesneden
- 250 gram gemengde rauwe noten
- 200 gram zongedroogde tomaatjes
- 50 gram kokosvezels (Amanprana)
- 100 gram havervlokken
- 5 eetlepels lijnzaad met 5 eetlepels heet water, 15 minuten geweekt
- 1 rode paprika, in blokjes
- handje verse peterselie, fijngehakt
- zout en peper naar smaak

Bereiding

1. Vet een taartvorm of cakevorm in en verwarm de oven voor op 200 graden Celsius.
2. Zet de lijnzaad met de eetlepels heet water klaar en laat een kwartier of langer weken totdat het een beetje slijmerig begint te worden.
3. Nu is het een goede vervanger van ei.
4. Verhit olie in een pan en fruit de ui totdat deze glazig begint te worden
5. Voeg de seitan tops toe en laat samen met de knoflook en Botanico Mix en laat zachtjes sudderen totdat de saus is ingekookt. Haal tot slot het kaneelstokje, de laurierbladeren en de kruidnagels uit de pan, want die zijn niet fijn om op te kauwen
6. Doe ondertussen de rauwe noten samen met de zongedroogde tomaatjes en de kokosvezels in een keukenmachine en pulse tot een grofgehakte, gemixte massa
7. Doe de seitan en de notenmix bij elkaar in een kom, voeg de havervlokken, het lijnzaadmengsel, de rode paprika en de peterselie toe en meng tot een stevige massa. Breng op smaak met zout en peper.
8. Schep de massa in de ingevette taart- of cakevorm en bak in 45-60 minuten goudbruin en gaar. Laat het vegan gehaktbrood 20 minuten afkoelen.