



Recept geschikt voor: 6 personen | **Moeilijkheid:** 🍳 🍳
Vorbereidingstijd: 15 min | **Bereidingstijd:** 100 min | **Totale bereiding:** 115 min

Bertyn producten: [Veggie Gehakt](#)

Bron: bertyn.eu | Chef: [Chantal Voets](#) | © Chantal Voets

Vegetarisch gehaktbrood: recepten met seitan gehakt

Ingrediënten

- 1 à 2 rode uien
- 8 teentjes knoflook
- 1 paprika, geel of rood
- 1 eetlepel kokosolie extra vierge (Amanprana)
- 1 Veggie Gehakt
- 50 g kokosvezels (Amanprana)
- 200 g gemalen kaas, cheddar of een andere sterk smakende kaas
- 200 g champignons
- 3 eieren
- 1 eetlepel Adapto Botanico-mix (Amanprana)
- 200 g tomatensaus
- Snufje fleur de sel (Amanprana)
- Zwarte peper

Bereiding

1. Verwarm de oven voor op 175 °C.
2. Hak de uien, de knoflook en de paprika fijn.
3. Verhit in een koekenpan een beetje kokosolie en stoof de groenten hierin aan.
4. Haal de pan van het vuur en meng de kokosvezels, het seitangehakt, de kaas, champignons, eieren en kruiden onder de warme groenten.
5. Neem een bakblik (bv. voor een lange cake) en stort het mengsel hierin.
6. Druk alles goed aan en giet er vervolgens de tomatensaus over.
7. Bak het gehaktbrood in een voorverwarmde oven op 175 °C gedurende ongeveer anderhalf uur.
8. Wanneer het gehaktbrood gaar is (dit merk je wanneer je er met een vork in prikt en er niets op de vork achterblijft wanneer je ze uit het brood haalt), haal je het uit de oven.
9. Leg een bord omgekeerd op het bakblik en stort het gehaktbrood uit op het bord.
10. Snijd eventueel in plakjes en serveer.