



**Recept geschikt voor:** 4 personen | **Moeilijkheid:** 🍳  
**Vorbereidingstijd:** 5 min | **Bereidingstijd:** 50 min | **Totale bereiding:** 55 min

**Bertyn producten:** Veggie Gehakt

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

# Vegetarische spaghetti bolognese met seitan

## Ingrediënten

- 2 Veggie Gehakt
- 1 grote ui
- 1 rode paprika
- Een scheut olijfolie extra vierge ([Amanprana](#))
- 2 teentjes knoflook
- 1 eetlepel [Immuno of Flamuno Botanico-mix](#) ([Amanprana](#))
- 4 grote tomaten
- Peper, versgemalen met de molen
- Een snufje [fleur de sel](#) ([Amanprana](#))

## Bereiding

1. Maak het gehakt los zoals op de verpakking beschreven.
2. Snijd de ui en de paprika in fijne halve ringen.
3. Verhit een scheut olijfolie en bak hierin de ui- en paprikaringen.
4. Plet de knoflook en voeg die toe als de groenten zacht zijn.
5. Draai het vuur lager. Doe er de kruiden bij en laat zachtjes meestoven.
6. Vergeet niet te blijven roeren, zodat de kruiden niet aanbranden.
7. Meng de seitan onder de saus en laat zachtjes verder stoven.
8. Snijd de tomaten in blokjes en doe ze erbij.
9. Laat alles ongeveer 45 minuten pruttelen.
10. Breng op smaak met een beetje peper en fleur de sel.