



**Recept geschikt voor:** 4 personen | **Moeilijkheid:**  **Vorbereidingstijd:** 1 min | **Bereidingstijd:** 19 min | **Totale bereiding:** 20 min  
**Bertyn producten:** [Instant Protein Veganmix - 3x 90g Seitanburger](#)

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

# Dashi-Gemüsesuppe mit proteinreichen Seitanbällchen

## Ingrediënten

- 1 l Wasser
- 1 Schuss Tamari-Soße
- 1 Beutel vegetarischer Dashi
- [1 Beutel Instant-Protein-Veganmix - 3x 90g Seitanburger von Bertyn \(150 g\)](#)

- 1 große Schüssel mit Julienne-Gemüse (Lauch, Karotte, Zwiebel, Paprika)
- 1 Handvoll Shiitake-Pilze
- 1 Bündel frischen Koriander
- 1 cm frischen Ingwer

## Bereidung

1. Nehmen Sie einen großen Topf und kochen Sie 1 Liter Wasser mit einem Schuss Tamari-Soße und einem Beutel vegetarischen Dashi.
2. Bereiten Sie in der Zwischenzeit den Seitanmix wie auf der Verpackung beschrieben zu.
3. 1 Beutel mischen mit 120 ml Wasser.
4. Nehmen Sie aus dem Teig kleine Stücke und geben Sie sie in das kochende Wasser.
5. Fügen Sie, sobald die Seitan-Wontons etwa 5 Minuten gekocht haben, das Julienne-Gemüse und die Champignons hinzu.
6. Bei dieser Suppe kann das Gemüse knackig bleiben.