



**Recept geschikt voor:** 4 personen | **Moeilijkheid:** 👩🍳 👨🍳  
**Vorbereidingstijd:** 10 min | **Bereidingstijd:** 10 min | **Totale bereiding:** 20 min

**Bertyn producten:** Veggie Haché

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

## Ragoût Mexicano au seitan : le haché de seitan dans la cuisine mexicaine

### Ingrediënten

- 1 gros oignon
- un filet d'huile de palme rouge extra vierge (Amanprana)
- 1 cuillère à soupe d'Adapto Botanico-mix (Amanprana)
- 1 cuillère à soupe de cumin moulu
- un peu de fleur de sel (Amanprana)
- 2 Veggie Haché
- 1 poivron rouge
- 1 poivron vert
- 4 tomates
- 4 gousses d'ail
- 1 bouquet de coriandre fraîche

## Bereiding

1. Coupez l'oignon en rondelles et faites-le colorer légèrement dans de l'huile de palme rouge.
2. Ajoutez le mélange d'épices, le cumin et la fleur de sel et laissez le tout cuire 1 minute.
3. Sortez le haché de son emballage, délitez le bloc à la main et coupez les poivrons en lanières.
4. Ajoutez-les aux épices dans la poêle.
5. Poursuivez la cuisson en remuant.
6. Cela prendra environ 5 minutes.
7. Coupez les tomates en 8 et hachez finement l'ail.
8. Ajoutez-le au seitan et aux épices, et laissez le tout mijoter à couvert.
9. Terminez avec une quantité généreuse de coriandre fraîche et servez avec des tacos et du guacamole.