



**Recept geschikt voor:** 4 personen | **Moeilijkheid:** 👨‍🍳 👩‍🍳

**Vorbereidingstijd:** 20 min | **Bereidingstijd:** 15 min | **Totale bereiding:** 35 min

**Bertyn producten:** [Veggie Protein Steak - Épeautre](#)

Bron: [bertyn.eu](http://bertyn.eu) | Chef: [Stefano Vicinoadio](#) | © Stefano Vicinoadio

# Seitan aux légumes grillés, aux fines herbes et à la pomme de terre bleue

## Ingrediënten

- 6 pommes de terre à chair ferme
- 6 pomme de terre bleues
- 8 carottes
- 4 mini courgettes
- 4 mini aubergines
- 8 tomates cerise
- 2 Veggie Protein Steaks - Épeautre
- Des herbes aromatiques, telles que le romarin, le thym, la lavande
- Mélange d'épices piquant ([mélange Amanprana ORAC au chili](#))
- 2 càs d'huile d'olive ([Amanprana Verde Salud](#))
- Fleur de sel ([Amanprana](#))
- Poivre

# Bereiding

1. Faites cuire les pommes de terre dans de l'eau légèrement salée.
2. Veillez à ce qu'elles maintiennent leur fermeté.
3. Laissez refroidir et coupez en petites tranches.
4. Préparez une marinade d'huile d'olive, fleur de sel, poivre, du mélange d'épices piquant et des fines herbes.
5. Lavez les différents légumes et coupez-les au goût.
6. Emincez le seitan. Mettez le seitan, les légumes et les pommes de terre dans un grand récipient et appliquez la marinade à tous les ingrédients à l'aide d'une brosse.
7. Laissez mariner pendant au moins deux heures.
8. Une fois la marinade bien absorbée, graissez le gril avec un peu d'huile d'olive.
9. Grillez ensuite les légumes et le seitan jusqu'à ce que les morceaux soient bien croustillants.
10. Assaisonnez avec de la fleur de sel et du poivre.
11. Ajoutez encore un peu de fines herbes. Servez chaud. Bon appétit !