



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

Vorbereidingstijd: 15 min | **Bereidingstijd:** 40 min | **Totale bereiding:** 55 min

Bertyn producten: [Veggie Protein Bloc - Épeautre](#) [Veggie Protein Bloc - Froment](#) [Veggie Protein Bloc - Natur](#)

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

Soupe à l'ail épicé avec des noix du Brésil & seitan croustillantes

Ingrediënten

- 200 g de Veggie Protein Bloc
- 100 g d'ail frais
- 50 g de noix du Brésil
- 1 petit piment rouge
- 1,5 l de bouillon de légumes
- 1 botte de persil
- 1 botte de ciboulette
- 4 feuilles de riz, trempées dans l'eau froide
- Huile d'olive (Verde Salud d'Amanprana)

Bereiding

1. Épluchez l'ail et découpez-le en fines lamelles que vous ferez brunir légèrement dans une poêle profonde avec un peu d'huile d'olive.
2. Hachez grossièrement les noix du Brésil et ajoutez-les à l'ail.
3. Ajoutez-y le bouillon de légumes et faites bouillir la préparation.
4. Couvrez la poêle et faites mijoter à feu doux pendant 20 minutes.
5. Assaisonnez avec le sel, le poivre, le piment en poudre, puis mixez la préparation