



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

**Vorbereidingstijd:** 15 min | **Bereidingstijd:** 30 min | **Totale bereiding:** 45 min

**Bertyn producten:** [Veggie Protein Bloc - Natur](#) [Veggie Protein Bloc - Spelt](#) [Veggie Protein Bloc - Tarwe](#)

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

# Grootmoeders aardappelsoep met in rode palmolie gebakken seitan

## Ingrediënten

- 100g seitan in kleine blokjes en gemarineerd in Liquid Smoke (Veggie Protein Bloc)
- 700g los kokende aardappelen
- 1,5l groentebouillon
- 2 middelgrote uien
- 2 wortelen
- 2 stengels selderij
- Zwarte peper uit de pepermolen
- Fleur de sel (Amanprana)
- Kruidenmix (Amanprana ORAC Botanico Mix)
- 5 takjes peterselie, gehakt
- 1el rode palmolie (Amanprana)

## Bereiding

1. Schil de aardappelen, was deze en snijdt ze in gelijke blokjes.
2. Doe hetzelfde met de wortels en selderij.
3. Breng vervolgens de groentebouillon aan de kook en doe de voorbereide groenten hierin.
4. Laat ongeveer 25 minuten zachtjes gaar koken.
5. Pel ondertussen de ui, snijdt in blokjes en bak samen met de seitan in de rode palmolie.
6. Pureer groentebouillon kort en doe vervolgens de gebakken groenten en seitan in de pan hierbij.
7. Goed mengen en kruiden met nog wat fleur de sel, peper en wat kruidenmix.
8. Bestrooi de soep net voor het opdienen nog wat met peterselie. Smakelijk eten.