



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

Vorbereidingstijd: 0 min | **Bereidingstijd:** 30 min | **Totale bereiding:** 30 min

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

Bron: bertyn.eu | Chef: [Miki Duerinck en Kristin Leybaert](#) | © Miki Duerinck en Kristin Leybaert

Cordon bleu van seitan en pastinaak

Ingrediënten

- 200 g Veggie Protein Bloc
- 200 g pastinaak
- sap van 1/2 citroen
- 1 koffielepel sojasaus
- 2 eetlepels boekweitmeel
- 2 eetlepels bloem
- 8 eetlepels paneermeel
- Olijfolie, [Verde Salud \(Amanprana\)](#)
- [Orac Botanico mix, mild \(Amanprana\)](#)

Bereiding

1. Schil de pastinaak, snijd hem in stukken en kook hem gaar in ongeveer 10 minuten.
2. Giet hem af en laat hem uitlekken en afkoelen.
3. Mix de pastinaak tot een gladde crème en kruid hem goed met citroensap en Orac Botanico mix. Het is de bedoeling dat het dunne laagje pastinaak dat tussen de plakjes seitan komt fel door smaakt.
4. Snijd de seitan in heel dunne sneetjes en smeer telkens één kant ervan in met wat sojasaus.
5. Besmeer de andere kant met een dun laagje pastinaak crème en plak telkens 2 sneetjes aan elkaar, met de pastinaak naar elkaar toe.
6. Maak een papje door het boekweitmeel en de bloem te vermengen met 1,5 dl water.
7. Doe het paneermeel in een bord.
8. Paneer de seitan sneetjes door ze eerst in het papje en daarna met de andere hand in het paneermeel te wentelen.
9. Verhit flink wat olijfolie in een pan en bak de cordon bleus aan beide zijden goudbruin.