



**Recept geschikt voor:** 8 personen | **Moeilijkheid:** 🍳 🍳

**Vorbereidingstijd:** 10 min | **Bereidingstijd:** 15 min | **Totale bereiding:** 25 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

# Tropische barbecue spiesjes recept met seitan en papaya

## Ingrediënten

- 700g Veggie Protein Bloc
- 800g Papaya
- 4 Rode uien
- 6el Limoensap
- 1tl Gemalen kruiden (Amanprana ORAC Mix met chili)
- Een snufje fleur de sel (Amanprana)
- Een snufje peper
- 4el Olijfolie (Verde Salud Amanprana)
- 8 lange houten spiesen

## Bereiding

1. Haal de seitan uit de verpakking. Dep de seitan droog en snij deze in ca. 3 cm grote blokjes.
2. Verwijder de pit uit de papaya, schil de vrucht en snij deze vervolgens ook in ca. 3 cm grote blokjes of even grote reepjes.
3. Pel de uien en snij deze in dunne ringen.
4. Alles afwisselend op de spiesen steken.
5. Een beetje limoensap erop druppelen en aromatiseren met de kruiden, fleur de sel en peper.

### **Het grillen van de spiesjes met seitan en papaya op de barbecue:**

1. Het grillrooster van de barbecue op ongeveer 10 cm afstand van het vuur plaatsen.
2. Vervolgens de spiesjes hierop leggen en gedurende 10 tot 15 minuten grillen.
3. De spiesjes met seitan en papaya steeds omdraaien en af en toe olie eroverheen druppelen.