



Recept geschikt voor: 4 personen | **Moeilijkheid:** 🍳 🍳
Vorbereidingstijd: 15 min | **Bereidingstijd:** 10 min | **Totale bereiding:** 25 min

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

Bron: bertyn.eu | Chef: [Isabel Boerdam](#) | © Isabel Boerdam

Spaghetti van groenten met verse vijgen en cashewroom

Ingrediënten

Ingrediënten voor de spaghetti van groenten:

- 2 Veggie Protein Steaks - Spelt
- 2 courgettes
- 2 winterpenen
- 2 grote pastinaken of 4 kleintjes
- 20 sperziebonen, puntjes eraf
- 8 verse vijgen (of buiten het seizoen: aardbeien)
- 2 avocado's, geschild en ontpit

Ingrediënten voor de dressing:

- 6 eetlepels extra vierge olijfolie (Amanprana)
- 3 eetlepels frambozenazijn (of cranberry, of granaatappel)
- 3 theelepels kokosbloesemsuiker (Amanprana)
- 1 theelepel mosterd

Ingrediënten voor de cashewroom:

- 150 gram rauwe cashews
- 2 citroenen, het sap
- 4 eetlepels heet water
- snufje Khoisan Fleur de Sel (Amanprana)

Bereiding

1. Doe de rauwe cashews in een bakje en laat ze weken in kokend water. Zorg dat alles nootjes onder water staan.
2. Schil de courgettes, winterpenen en pastinaken, en gebruik een spirelli (of anders een kaasschaaf en een scherp mesje) om er slierten van te maken.
3. Open de seitan steak, laat hem uitlekken en dep hem droog met een keukenpapiertje. Snij met een scherp mesje hele dunne reepjes van de seitan steak.
4. Kook de sperziebonen enkele minuten in heet water tot ze beetbaar zijn. Snij ze in de lengte doormidden en weer doormidden, zodat je sperzie-slierten hebt.
5. Verdeel de slierten over vier borden, meng ze zodat het er vrolijk en gevarieerd uitziet.
6. Maak dan de dressing door alle ingrediënten door elkaar te mengen tot een egale saus. Verdeel de dressing over de borden.
7. Giet de cashews af en doe samen met het sap van de citroenen, heet water en een snufje Fleur de Sel in een blender of mixer. Mix tot een gladde, romige saus.
8. Snij de avocado-helften in reepjes en voorzie ieder bord van een halve avocado.
9. Snij de topjes van de vijgen en snij ze kruislings in zodat je een soort van bloemetje krijgt. Geef ieder bord twee verse vijgen.
10. Maak de borden af met een flinke eetlepel cashewroom.