



Seitan aus Weizengluten von Kaspar Blumenstein

Mengen für 10 Personen

1.0 kg Gluten/Seitanfix	
1.0 Liter Wasser	
100 g Tomatenmark	
1.0 dl Sojasauce	
0.00 kg Paprika	Gewürze: Knoblauchpulver, Zwiebelpulver, Paprika, Kurkuma, Curry
0.00 kg Bouillion	Sojasauce, Bouillon und/oder Salz nach Geschmack