



GEVULDE WIJNBLADEREN MET SEITAN (DOLMADAKIAS)

Ingrediënten

voor 4 personen

- 2 uien
- een snuijfe ras-el-hanout
- ½ tl kaneel
- peper en fleur de sel
- 300 g droogkokende (risotto) rijst
- 100 g pijnboompitten
- 50 g rozijnen
- ong. 12 wijnbladeren
- een halve handvol verse fijn gehakte kruiden: dille, munt en peterselie
- 1 theekop tomatenpulp
- 1 l verse groentebouillon

Bereiding

- Snipper de ui fijn en bak aan in een beetje olijfolie. Voeg de ras-el-hanout, kaneel, peper en het zout toe en laat even meebakken. Hou apart.
- Hak de spelt seitan fijn in een keukenrobot of met de mixer en meng de (ongekookte) rijst, pijnboompitten, rozijnen, verse kruiden, peper en fleur de sel eronder. Vergeet ook de aangebakken ui niet.
- Leg de wijnbladeren met de glanzende kant naar beneden op het werkblad. Leg een flinke theelepel van de seitan-rijstmengeling op het wijnblad en rol het op. Plooi daarvoor eerst de linker- en rechterkant van het blad naar het midden en begin vervolgens aan de steekant op te rollen. Zorg ervoor dat het niet te strak zit want de rijst zal nog zwellen.
- Neem een pot en schik de dolmadakias naast en op elkaar. Giet de tomatenpulp en de groentebouillon erover tot de rolletjes onder staan. Leg er nog een (niet gevulde) laag wijnbladeren op. Plaats er een groot bord op. Dit zal verhinderen dat de rolletjes zullen rondrijven in de tomatensaus.
- Laat het geheel ongeveer 50 minuten zachtjes koken en geef de dolmadakias daarna nog 10 minuten rusttijd in de pot.
- Schik ze op een bord en besprenkel met citroensap en olijfolie. Je kan de dolmadakias warm of koud eten.

Ingrediënten voor 4 personen

Voor de verse groentebouillon

- 2 uien
- 2 kruidnagels
- 1 takje verse tijm
- 1 wortel
- 1 prei
- 1 selderstengel
- Peper en fleur de sel
- Een stukje keukentouw
- 400 g witte champignons
- citroensap
- 3 el hoeveboter
- Een scheut olijfolie, extra vierge Hermanos Catalan
- 4 el speltmeel
- 2 pakken suprême tops xl 400 g (seitan)

Bereiding

- Maak de bouillon voor de vol-au-vent één dag op voorhand. Pel daarvoor de uien en prik er de kruidnagels in. Bind het takje tijm, de peterseliesteeltjes en de laurierblaadjes samen met keukentouw. Was de prei, selder en wortel en snij in grove stukken. Doe alles in een ruime pot. Giet er 1,3 liter water bij en kruid met peper en zout. Breng aan de kook en laat zachtjes pruttelen tot er nog ongeveer 1 liter vocht overblijft. Laat afkoelen en bewaar in de koelkast. Snij de geborstelde champignons in vier. Kook ze gaar in een pot met een bodempje water, wat citroensap en de hoeveboter. Breng op smaak met peper en fleur de sel. Dek af met boterpapier. Haal na 3 minuten de champignons uit het kookvocht. Zet zowel de champignons als het kookvocht even opzij. Bereid in een ruime kookpot nu een roux van olijfolie en speltmeel. Roer met een draadgarde op een zacht vuur goed onder elkaar tot je een 'droog' en korrelig mengsel krijgt. Zeef de groentebouillon en voeg die, samen met het kookvocht van de champignons, beetje bij beetje toe aan de roux. Breng de saus aan de kook, maar blijf roeren. Laat de seitan uitlekken en voeg die toe aan de saus. Doe er ook de champignons bij en laat de vol-au-vent 10 minuten zachtjes pruttelen. Breng eventueel verder op smaak en werk af met een scheutje (soja)room en gehakte peterselie.



VOL AU VENT VAN SEITAN

