

Inhalt

Zu diesem Buch	7	Seitan in Senfsauce	24
		Seitan-Döner	25
		Seitan-Sahne-Sauce	26
<u>Seitan europäisch</u>		Seitan-Gemüse-Bolognese	27
Veggiemetzgers Seitangulasch	12	Weisswein-Rahm-Sauce	28
Seitangeschnetzeltes nach Jägerart	13	Seitanhackbraten	29
Seitan-Pfeffersteak	14	Seitan-Mangold-Rouladen	30
Seitan-Schnitzel	15	Gefüllte Paprika „Anita“	31
Wirsingrouladen	16		
Pilzrisotto mit Salbei und Parmesan	17	<u>Seitan exotisch</u>	
Linsensuppe mit Seitanwürstchen	18	Seitan-Gemüse-Curry mit Kokosmilch	34
Kartoffelsuppe mit Seitanwürstchen	19	Grünes Seitan-Curry	35
Rheinischer Seitan-Sauerbraten	20	Nasigoreng	36
Szegediner Gulasch	21	Seitan in Erdnuss-Mango-Sauce	37
Grüne Bohnen mit Seitan	22	Auberginen-Kichererbsen-Curry mit Sesam	38
Seitan-Gyros	23	Weisskohl-Curry	39



Kichererbsen-Spinat-Curry in würziger Tomatensauce	40	Seitan mit Austernpilzen und Minze	56
Seitantopf marokkanisch	41	Seitan-Fondue	57
Chili con Seitan	42		
Tortillas	43	<u>Fingerfood & Grillspezialitäten</u>	
Süßkartoffel-Seitan-Curry mit Erdnüssen und Kokos	44	Seitan-Fajitas	60
Seitan-Korma	45	Gefüllte Riesenchampignons	61
Pikantes Seitan-Curry mit Tomaten und Ingwer	46	Hawaii-Spiesse	62
Seitan süßsauer	47	Wraps auf griechische Art	63
		Japanische Hamburger	64
<u>Seitan festlich</u>		Saté-Spiesse an Erdnusssauce	65
Seitan-Maronen-Ragout	50	Olivenbällchen	66
Seitan-Bourguignon (Seitan nach Burgunder Art)	51	Vegan Yakitori vegane Entenspieße	67
Ragout fin	52		
Blätterteig mit Seitan-Spinat-Füllung	53	Seitan selbst herstellen	68–71
Falsche Ente à l'orange	54	Zutatenerklärung	70
No-Tori Teriyaki	55		