

# Vegeterijanska mućkalica sa seitanom

## Za 4 osobe

1 glavica crnog luka  
1 paprika  
1 paradajz  
 $\frac{1}{2}$  dl ulja  
 $\frac{1}{2}$  kašičice soli  
1 suva paprika (vrtka)  
1 kašičica soli  
400 g seitana  
biber po ukusu  
1 kašičica suvog bosiljka  
400 g carske mešavine povrća  
 $\frac{1}{2}$  dl pavlake za kuvanje  
1 kašika kukuruznog brašna  
 $\frac{1}{2}$  kašike slatke paprike  
2 čena belog luka

## Način pripreme

1. Crni luk iseckati sitno, a paradajz na krupnije komade.
2. U zagrejanu posudu sipati ulje, dodati crni luk da se dinsta, kad dobije staklastu strukturu dodati papriku, beli luk, paradajz i seckanu suhu papriku (vrtku), koja se prethodno potopi u toplu vodu da omekša. Posoliti, zatim dodati carsku mešavinu smrznutog povrća, naliti sa malo vode da ogrezne.
3. Kad prokuva začiniti sa biberom i bosiljkom. Iseći seitan na kockice i pred kraj ga dodati u povrće.
4. U manjoj posudi izmešati kukuruzno brašno i slatku alevu papriku i kao suhu zapršku dodati u povrće.
5. Posle kraćeg kuvanja sipati pavlake za kuvanje i servirati.