KIKKOMAN

Champignons met spinazievulling

total tid **40 min.** **25 min.** tilberedningstid **15 min.** koketid

Næringsinnhold (per porsjon):
670 kJ / 160 kcal

Fett: **9 g** Protein: **14 g**
Karbohydrater: **6 g**

INGREDIENSER

4 porsjoner

8	reuzenchampignons
50 g	bladspinazie
1	rode paprika
1	rode ui
1 ss	boter
2 ts	Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus
	versgemalen witte peper
75 g	kruidenroomkaas

TILBEREDNING

Steg 1

Maak de champignons schoon (spoel ze niet af). Verwijder de steeltjes en hak ze fijn. Leg de hoedjes apart. Spoel de bladspinazie af en hak de blaadjes fijn. Spoel ook de paprika af en snijd hem in blokjes. Schil en snipper de ui.

Steg 2

Smelt de boter in een gietijzeren koekenpan op de hete barbecue en bak de uisnippers goudbruin. Voeg de fijngehakte champignonsteeltjes, de bladspinazie en paprikablokjes toe en roer alles goed door. Blus af met de Kikkoman Soyasaus en voeg peper naar smaak toe.

Steg 3

Laat het geheel iets afkoelen en roer vervolgens de kruidenroomkaas erdoor. Voeg opnieuw peper naar smaak toe. Vul de champignonhoedjes met de spinazievulling.

Steg 4

Gril vervolgens de gevulde champignons 10–15 minuten (afhankelijk van de grootte) boven indirecte hitte, naar wens op een grillplank.