

Fondue chinoise med soppruller

total tid **40 min.** 30 min. tilberedningstid 10 min. koketid

Næringsinnhold (per porsjon):
1.715 kJ / 410 kcal

Fett: **18 g** Protein: **11 g**
Karbohydrater: **52 g**

INGREDIENSER

4 porsjoner

10	champignoner
8	rispirark
4	kongeøsterssopp, i skiver
1	brokkoli
1	gulrot
2	poteter
200 g	sellerirot
1	paprika
4 ss	majones
2 ss	<u>Kikkoman Teriyaki</u> <u>Woksaus med Ristet</u> <u>Hvitløk</u>
2 ss	ketchup
1 ts	karri
4 ss	<u>Kikkoman Sesam Saus</u>
1 ss	<u>Kikkoman Naturlig</u> <u>Brygget Soyasaus</u>
8 dl	grønnsakskraft
2 dl	rødvin eller hvitvin
2	laurbærblader
10	svarte pepperkorn

TILBEREDNING

Steg 1

10 champignoner - **8** rispirark - **4** kongeøsterssopp, i skiver - **1** brokkoli - **1** gulrot - **2** poteter - **200 g** sellerirot - **1** paprika
Skjær champignonene i tynne skiver. Bløtlegg rispirarkene i vann, legg champignonskivene mellom to ark og rull dem sammen til champignonruller. Skjær kongeøsterssoppen i tykke skiver. Vask brokkolien, gulroten og potetene og skjær dem i munnfullstore biter. Legg potetene i vann. Skrell selleriroten og skjær den i terninger. Skjær paprikaen i tykke strimler. Damp eller kok brokkolien, gulroten, potetene og selleriroten til de så vidt er møre.

Steg 2

4 ss majones - **2 ss** Kikkoman Teriyaki Woksaus med Ristet Hvitløk **2 ss** ketchup - **1 ts** karri - **4 ss** Kikkoman Sesam Saus **1 ss** Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus

Dippsauser:

Hvitløksaus: Bland majonesen med Kikkoman Teriyaki Woksaus med Hvitløk til en jevn saus.

Karrisaus: Bland majones, ketchup og karri til en jevn saus.

Sesamsaus: Bland Kikkoman Sesam Saus med Kikkoman Soyasaus til en jevn saus.

Steg 3

8 dl grønnsakskraft - **2 dl** rødvin eller hvitvin - **2** laurbærblader - **10** svarte pepperkorn
Ha grønnsakskraft, vin, laurbærblader, svarte pepperkorn og kongeøsterssopp i tykke skiver fra steg 1 oppi en fonduegryte. Kok opp.

Steg 4

Bruk fonduegafler til å dyppe grønnsakene, champignonrullene og paprikaen fra steg 1 i den varme kraften fra steg 3, og la dem bli gjennomkokt. Server med dippsausene fra steg 2.