

Vegisterkaker

Næringsinnhold (per porsjon):
1498 kJ / 357 kcal

Fett: **14,5 g** Protein: **27,6 g**
Karbohydrater: **25 g**

INGREDIENSE

R

4 porsjoner

Vegisterkaker

300 g	vegetardeig
2	løk
4 ts	potetmel
1 ss	Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus
0,5 ss	muskatnøtt
0,5 ts	ingefær
0,5	allehånde
2 ss	olivenolje
Brun saus	
3 ss	hvetemel
2 dl	vegetarisk fløte
4 dl	grønnsaksbuljong
2 ss	Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus Salt og pepper

TILBEREDNING

Steg 1

Ha vegetardeigen i en bolle og bland inn finhakket løk, potetmel, Kikkoman soyasaus, muskatnøtt, ingefær og allehånde. Bland godt sammen.

Steg 2

Form 5-6 runde eller avlange kaker med en spiseskje.

Steg 3

Varm opp en stekepanne med litt olivenolje på middels varme og stek vegisterkakene til de har fått en fin og gyllen farge på begge sider.

Steg 4

Brun saus: Lag jevning ved å blande hvetemel og fløte i et tett glass og rist det til det er klumpfritt. Kok opp buljongen, og hell i jevningen i en tynn stråle. Rør hele tiden, så det ikke blir klumper.

Steg 5

Rør til sausen koker opp, og la den småkoke i ca. 5 minutter. Tilsett Kikkoman soyasaus, og smak til med salt og pepper.

Steg 6

Varm opp vegisterkakene i sausen før servering.