

Teriyakisienihyrrät

kokonaisaika **30 min** 10 min esivalmistelut 20 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):

1.800 kJ / 430 kcal

Rasva: **28 g** Proteiini: **8 g**

Hiilihydraatit: **35 g**

AINEKSET

2 annosta

200 g	herkkusieniä
60 g	sipulia
20 ml	rypsiöljyä
40 ml	<u>Kikkoman Teriyaki - marinadi</u>
200 g	voitaikinaa
1	keltuainen voiteluun
60 g	majoneesia
2 rkl	tilliä silputtuna

VALMISTUS

Vaihe 1

200 g herkkusieniä - **60 g** sipulia - **20 ml** rypsiöljyä
- **40 ml** Kikkoman Teriyaki - marinadi

Pilko sienet sekä sipuli ja kuullota niitä rypsiöljyssä.
Lisää Kikkoman teriyakimarinadi ja keitä, kunnes
suurin osa nesteestä on haihtunut.

Vaihe 2

200 g voitaikinaa - **1** keltuainen voiteluun
Kauli voitaikina levyksi, levitä sienitäyte sen päälle
ja kääri rullalle. Leikkaa viipaleiksi ja sivele
keltuaisella. Paista 200 asteessa 15–18 minuuttia,
kunnes hyrrät ovat kullanruskeita.

Vaihe 3

60 g majoneesia - **2 rkl** tilliä silputtuna
Sekoita majoneesi sekä tilli ja tarjoa dippinä hyrrien
kera.