

Pinaattiknöödelit sienikastikkeella

kokonaisaika **45 min** 20 min esivalmistelut 25 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):
3.273 kJ / 783 kcal

Rasva: **55 g** Proteiini: **30 g**
Hiilihydraatit: **59 g**

AINEKSET

2 annosta

Knöödelit:

10 g	voita
180 g	silputtua babykinaattia
40 g	silputtua sipulia
60 ml	maitoa
1,5 rkl	<u>Kikkoman luonnollisesti valmistettu vähemmän suolaa sisältävä soijakastike</u>
0,33 tl	vastajauhettua mustapippuria
0,25 tl	muskottipähkinää
150 g	kuivahtaneita sämpylöitä kuutioituna
15 g	Grana Padano -juustoa raastettuna
1,5 rkl	<u>Kikkoman Panko - japanilaistyylinen rapea korppujauho</u>
1	kananmuna

Sienikastike:

150 g	herkkusieniä
15 g	voita
60 g	silputtua sipulia
100 ml	kuohukermaa
1	murskattu valkosipulinkynsi
1,5 rkl	<u>Kikkoman luonnollisesti valmistettu vähemmän suolaa sisältävä soijakastike</u>
0,33 tl	kuivattua timjamia
0,33 tl	vastajauhettua

VALMISTUS

Vaihe 1

10 g voita - **180 g** silputtua babykinaattia - **40 g** silputtua sipulia - **60 ml** maitoa - **1,5 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu vähemmän suolaa sisältävä soijakastike - **0,33 tl** vastajauhettua mustapippuria - **0,25 tl** muskottipähkinää - **150 g** kuivahtaneita sämpylöitä kuutioituna - **15 g** Grana Padano -juustoa raastettuna - **1,5 rkl** Kikkoman Panko - japanilaistyylinen rapea korppujauho - **1** kananmuna

Sulata voi pannulla, lisää pinaatti ja kuullota. Kun pinaatti on kutistunut kasaan, siirrä se lautaselle odottamaan. Kuullota sipuli samalla pannulla läpikuultavaksi ja lisää sitten maito, Kikkoman vähemmän suolaa sisältävä soijakastike, pippuri sekä muskottipähkinä ja lämmitä varovasti. Kaada seos leipäkuutioiden päälle ja lisää sitten pinaatti, raastettu juusto, Kikkoman panko-korppujauhot ja kananmuna. Sekoita ja muotoile kostutetuin käsin pieniä knöödeleitä. Laita knöödelit kuumaan veteen juuri ennen kiehumispistettä, mutta varmista, ettei vesi kiehu. Anna kypsyä 12 minuuttia.

Vaihe 2

150 g herkkusieniä - **15 g** voita - **60 g** silputtua sipulia - **100 ml** kuohukermaa - **1** murskattu valkosipulinkynsi - **1,5 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu vähemmän suolaa sisältävä soijakastike - **0,33 tl** kuivattua timjamia - **0,33 tl** vastajauhettua mustapippuria - **1 tl** sitruunamehua - **0,5 tl** raastettua sitruunan kuorta

Viipaloi herkkusienet. Sulata voi pannulla ja kuullota sipuli läpikuultavaksi. Lisää sienet ja paista n. 5 minuuttia, kunnes neste on haihtunut. Lisää kerma, valkosipuli, Kikkoman soijakastike, timjami,

1 tl
0,5 tl

mustapippuria
sitruunamehua
raastettua sitruunan
kuorta

Lisäksi:

30 g
1 rkl
0,33 tl

savupekonia kuutioina
silputtua persiljaa
vastajauhattua
mustapippuria

pippuri, sitruunamehu ja sitruunan kuori. Anna kiehua hiljaa matalalla lämmöllä välillä sekoittaen kunnes kastike sakenee.

Vaihe 3

30 g savupekonia kuutioina
Paista toisella pannulla pekoni, kunnes rasva on sulanut ja pekoni on rapeaa.

Vaihe 4

1 rkl silputtua persiljaa - **0,33 tl** vastajauhattua mustapippuria
Asettele knöödelit lautasille, lusikoi päälle sienikastiketta ja koristele pekonilla, persiljalla ja mustapippurilla.