

Sieni-pekonirollat

kokonaisaika **30 min**

Ravintosisältö (per annos):
490 kJ / 117 kcal

Rasva: **7,7 g** Proteiini: **6,3 g**
Hiilihydraatit: **6,1 g**

AINEKSET

6 annosta

- 6** pientä rypästä
talvijuurekkaita (noin
15–20 sientä)
puhdistettuina
- 6** siivua savupekonia
- 2 rkl** vaahterasiirappia
- 2 rkl** Kikkoman luonnollisesti
valmistettu soijakastike
- 1 tl** seesaminsiemeniä
Lisäksi saatat tarvita 6
cocktailtikkua

VALMISTUS

Vaihe 1

Kuumenna uuni 220 asteeseen (kiertoilmauuni 180 asteeseen). Vuoraa matala uunipelti leivinpaperilla.

Vaihe 2

Kääri pekoni siivut sienten ympärille niin, että sienten lakit jäävät näkyviin. Kiinnitä rollat tarvittaessa cocktailtikuilla ja nosta rollat uunipellille.

Vaihe 3

Sekoita vaahterasiirappi ja soijakastike keskenään ja sivele kuorrutetta runsaasti rullien päälle. Paista rullia uunissa 10 minuuttia. Nosta rollat pois uunista ja valuta pekoniasta valunut neste pois, jotta pekoni ruskistuu. Sivele kuorrutetta uudelleen rullien päälle ja paista rullia uunissa vielä 10–15 minuuttia, kunnes pekoni on kypsää, tahmaista ja kullanuskeaa.

Vaihe 4

Poista cocktailtikut ja sivele kuorrutetta pintaan vielä kerran. Ripottele päälle seesaminsiemeniä ja paista uunissa vielä muutama minuutti, jotta seesaminsiemenet paahtuvat. Tarjoa heti.