

Champinjon- och tomatsås

Total tid **30 Min.** 15 Min. Tid för förberedelse 15 Min. Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
309 kJ / 74 kcal

Fett: **5 g** Protein: **1,9 g**
Kolhydrater: **5 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

1	lök
1	vitlösklyfta
2 msk	rapsolja
2	lagerblad
1 g	svartpepparkorn, hela
5 msk	<u>Kikkoman naturligt bryggd sojasås</u>
100 g	tomatjuice
1 tsk	tomatpuré
1 tsk	Karl-Johansvamppulver
1 g	rökt salt
1 tsk	socker
1 tsk	stärkelse

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Skala löken och hacka den grovt, värm sedan upp oljan i en kastrull tills den är gyllenbrun. Krossa vitlöken, tillsätt den till löken, lagerbladen och paprikan och fräs sedan.

Steg 2

Tillsätt tomatpurén och fräs i några minuter. Häll i tomatjuice och Kikkoman sojasås. Krydda med socker, rökt salt och Karl-Johansvamppulver och låt sjuda försiktigt i ca. 15 minuter. Sila sedan såsen fint.

Steg 3

Blanda stärkelsen med lite vatten och låt den silade såsen koka upp igen. Häll i den lösta stärkelsen under konstant omrörning och låt sjuda i cirka en minut. Såsen är nu klar.