

# Savojkåldolmar med tomat-pepparkakssås

Total tid **55 Min.**

Näringsinnehåll (per portion):  
**1.444 kJ / 345 kcal**

Fett: **18,5 g** Protein: **33,1 g**  
Kolhydrater: **10,9 g**

## INGREDIENSER

**2 Portioner**

|                |                                          |
|----------------|------------------------------------------|
| <b>4</b>       | stora blad savojkål                      |
| <b>1</b>       | schalottenlök                            |
| <b>1</b>       | litet knippe persilja                    |
| <b>250 g</b>   | nötfärs                                  |
| <b>1 tsk</b>   | senap                                    |
| <b>0,5 tsk</b> | grovmalen peppar                         |
| <b>6 msk</b>   | <u>Kikkoman naturligt bryggd sojasås</u> |
| <b>4</b>       | stora tomater                            |
| <b>1</b>       | liten gul lök                            |
| <b>1</b>       | kvist timjan                             |
| <b>200 ml</b>  | grönsaksbuljong                          |
| <b>1 msk</b>   | tomatpuré                                |
|                | strösocker                               |
|                | pepparkakskrydda                         |

## FÖRBEREDELSE

### Steg 1

Förväll savojkålbladen i kokande saltvatten i ca 3 minuter, spola av i kallt vatten och skär bort det grövsta från den tjocka nerven. Skala och finhacka schalottenlökarna, skölj och finhacka persiljan.

### Steg 2

Blanda köttfärsen med schalottenlökarna, persiljan, senapen och pepparn och smaka av med lite naturligt bryggd sojasås. Fördela köttfärsen på savojkålbladen, rulla ihop till fasta dolmar och bind ihop med kökssnöre.

### Steg 3

Skölj tomaterna, ta bort blomfästet och grovtärna. Skala och tärna löken. Plocka av bladen från timjankvisten och lägg allt tillsammans i en eldfast ugnform, häll över buljongen, lägg dit dolmarna och stek färdigt i förvärmad ugn i 180 °C i ca 40 minuter. Vänd dolmarna då och då.

### Steg 4

Lägg upp savojkåldolmarna på tallrikar, låt eventuellt resten av vätskan snabbt koka ihop. Smaka av tomatpurén med socker, pepparkakskrydda och naturligt bryggd sojasås och fördela ovanpå dolmarna. Lätt potatismos passar utmärkt till.