

Vegetarisk Wellington

Total tid **95 Min.** 15 Min. Tid för förberedelse **80 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
3.900.932 kJ / 932 kcal

Fett: **51,5 g** Protein: **25,6 g**
Kolhydrater: **88,3 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

4	rödbetor
600 ml	vatten
3 msk	<u>Kikkoman naturligt bryggd sojasås</u>
200 ml	torrt rödvin
50 ml	vinäger
80 g	socker
3	vitlösklyftor
1 msk	senapsfrön
1	kvist timjan
50 g	hirs
1	lök
300 g	champinjoner
2 msk	olivolja
1 msk	timjanblad
1 ts	peppar
4	savojkålsblad
275 g	smördeg
För att täcka bakverket:	
2 msk	<u>Kikkoman naturligt bryggd sojasås</u>
1 msk	vatten

FÖRBEREDELSE

Steg 1

4 rödbetor - **600 ml** vatten - **2 msk** Kikkoman naturligt bryggd sojasås - **200 ml** torrt rödvin - **50 ml** vinäger - **80 g** socker - **1** vitlösklyfta - **1 msk** senapsfrön - **1** timjan

Tvätta och skala rödbetan. Lägg i en kastrull och täck med vatten, soja, vin och vinäger. Tillsätt sockret, lätt pressad vitlösklyfta, senapsfrön och timjan. Täck över och koka tills rödbetan är mjuk, ta sedan bort den från marinaden och låt svalna.

Steg 2

50 g hirs - **300 g** champinjoner - **1** lök - **2** vitlösklyftor - **2 msk** olivolja - **1 msk** Kikkoman naturligt bryggd sojasås - **1 msk** timjanblad - **1 ts** peppar

Koka hirs en enligt anvisningarna på förpackningen. Skiva champinjoner och hacka löken och vitlöken. Fräs löken i olivolja, tillsätt champinjoner och koka i ca 3 minuter. Tillsätt vitlöken och koka ytterligare en minut. Smaksätt med Kikkoman sojasås, timjan och peppar, blanda väl. Tillsätt den kokta hirs till champinjoner, blanda till en inte helt slät pasta. Ställ åt sidan för att svalna.

Steg 3

4 savojkålsblad - **275 g** smördeg - **2 msk** Kikkoman naturligt bryggd sojasås - **1 msk** vatten
Blanchera kålbladen i cirka 5 minuter och lägg dem sedan en kort stund i en skål med kallt vatten. Klappa dem torra.

Kavla ut smördegen. Bred ut hälften av champinjonblandningen längs mitten av den längre kanten. Lägg ut kålbladen och lägg rödbetan

ovanpå. Täck med resterande fyllning och tryck mot rödbetan, varva sedan in kålbladen. Vik de återstående sidorna av degen över fyllningen.

Blanda 2 msk Kikkoman sojasås med 1 msk vatten och pensla toppen av bakverket med blandningen.

Sätt in i en förvärmad ugn på 200 °C och grädda i 20 minuter.