KIKKOMAN

Knedle ze szpinakiem i sosem grzybowym

Czas ogółem **45 min** **20 min** Czas przygotowania **25 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
3.273 kJ / 783 kcal

Tłuszcz: **55 g** Białko: **30 g**
Węglowodany: **59 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

Knedle:

10 g	masła
180 g	szpinaku baby, drobno posiekanego
40 g	cebuli, pokrojonej w drobną kostkę
60 ml	mleka
1,5 łyżka	Naturalnie warzony sos sojowy z obniżoną zawartością soli
0,33 łyżeczki	świeżo zmielonego czarnego pieprzu
0,25 łyżeczki	gałki muszkatołowej
150 g	czerstwych bułek, pokrojonych w kostkę
15 g	sera Grana Padano, startego
1,5 łyżka	Kikkoman Panko - Chrupiąca panierka w japońskim stylu
1	jajko

Sos grzybowy:

150 g	pieczarek
15 g	masła
60 g	cebuli, drobno pokrojonej
100 ml	śmietanki kremówki
1	ząbek czosnku, przeciśnięty przez praskę
1,5 łyżka	Naturalnie warzony sos sojowy z obniżoną zawartością soli
0,33	suszonego tymianku

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

10 g masła - **180 g** szpinaku baby, drobno posiekanego - **40 g** cebuli, pokrojonej w drobną kostkę - **60 ml** mleka - **1,5 łyżka** Naturalnie warzony sos sojowy z obniżoną zawartością soli - **0,33 łyżeczki** świeżo zmielonego czarnego pieprzu - **0,25 łyżeczki** gałki muszkatołowej - **150 g** czerstwych bułek, pokrojonych w kostkę - **15 g** sera Grana Padano, startego - **1,5 łyżka** Kikkoman Panko - Chrupiąca panierka w japońskim stylu - **1** jajko

Rozpuść masło na patelni. Dodaj szpinak i podsmażaj, aż zwiędnie, a następnie przełóż na talerz. Na tej samej patelni podsmażaj cebulę, aż się zeszkli. Następnie dodaj mleko, Sos sojowy Kikkoman o obniżonej zawartości soli, pieprz i gałkę muszkatołową i delikatnie podgrzej. Wylej mieszankę na kostki chleba, a następnie dodaj szpinak, ser, Kikkoman Panko i jajko. Zagnieć ciasto i mokrymi dłońmi uformuj małe knedle. Umieść knedle w gorącej wodzie i gotuj na małym ogniu przez 12 minut, upewniając się, że woda całkowicie się nie zagotuje.

Krok 2

150 g pieczarek - **15 g** masła - **60 g** cebuli, drobno pokrojonej - **100 ml** śmietanki kremówki - **1** ząbek czosnku, przeciśnięty przez praskę - **1,5 łyżka** Naturalnie warzony sos sojowy z obniżoną zawartością soli - **0,33 łyżeczki** suszonego tymianku - **0,33 łyżeczki** świeżo zmielonego czarnego pieprzu - **1 łyżeczka** soku z cytryny - **0,5 łyżeczki** skórki z cytryny

Pieczarki pokrój w plasterki. Rozpuść masło na patelni, dodaj cebulę i podsmaż do zeszklenia.

łyżeczki

0,33 świeżo zmielonego **łyżeczki** czarnego pieprzu

1 łyżeczka soku z cytryny

0,5 łyżeczki skórki z cytryny

Dodatkowo:

30 g wędzonego boczku, pokrojonego w kostkę

1 łyżka posiekanej natki pietruszki

0,33 świeżo zmielonego **łyżeczki** czarnego pieprzu

Dodaj pieczarki i smaż przez około 5 minut, aż odparuje z nich wilgoć. Wlej śmietanę, a następnie dodaj czosnek, Sos sojowy Kikkoman o obniżonej zawartości soli, suszony tymianek, pieprz, sok i skórkę z cytryny. Gotuj na małym ogniu, aż sos zgęstnieje, od czasu do czasu mieszając.

Krok 3

30 g wędzonego boczku, pokrojonego w kostkę
Smaż boczek na osobnej patelni, aż wytopi się tłuszcz, a boczek stanie się chrupiący.

Krok 4

1 łyżka posiekanej natki pietruszki - **0,33 łyżeczki** świeżo zmielonego czarnego pieprzu
Ułóż knedle na talerzu, polej sosem grzybowym i posyp boczkiem, pietruszką i pieprzem.