



Grillede svampe med sesamfrø

Kan varmt anbefales til herremiddagen - masser af smag, ret så nemt og vældig godt til bøffer og rødvin!



Bedøm opskrift



30 min



Jan – Dec



Lav på gluten



Lav på laktose

Ingredienser

4 pers.

400 g mellemstore flade svampe, f.eks. porto bello eller store hvide svampe

1 spsk sesamfrø

2 spsk teriyaki-sauce

2 spsk mirin eller sød sherry

1 spsk sukker

1 spsk fint hakket purløg

1 tsk sesamolie

¼ bdt groft hakket purløg

Opskrift og styling: Er venligst udlånt af Tvedemose

Tilberedning

- 1 Varm ovnen op til 180 grader. Drys sesamfrø på en bageplade og rist dem i 10 minutter til de er gyldne og tag dem af pladen.
- 2 Rens svampene, tag stilken af og læg hattene i en dyb skål.
- 3 Bland marinaden af teriyaki sauce, mirin, sukker, finthakket purløg og sesamolie, hæld det over svampene og lad det stå og trække i 5 minutter.
- 4 Læg svampene på en smurt bageplade eller i et stort ildfast fad og smør dem med halvdelen af marinaden. Grill dem under en forvarmet grill i 5 minutter.
- 5 Vend svampene om, smør dem med resten af marinaden og grill dem i endnu 5 minutter til de er brunede.
- 6 Garner svampene med de ristede sesamfrø og grofthakket purløg.



Tip

Kom evt. andre svampe i fyldet f.eks. shiitake, portobello, kejserhatte eller østershatte.

