



Gebakken paddenstoelen met een zelfgemaakte teriyaki saus

De afgelopen zaterdag waren we even boodschappen doen bij AH. Ik had het idee om Shiitake paddenstoelen met teriyaki saus klaar te maken. Leek me wel lekker. Ja, teriyaki saus is verslavend als je het eenmaal hebt gegeten. En dat had ik eens gegeten in een vega restaurantje. Was zó lekker ! Dus dat leek me wel wat.

Echter toen ik een flesje Teriyaki saus wou kopen, schrok ik van de conserveringsmiddelen en verborgen E-nummers etc, die op het etiket stonden. Dat ga ik dus niet opeten ! En ben op zoek gegaan naar een lekker recept, voor een 'zelfmaak teriyaki saus'

Zelf gemaakte teriyaki saus

Recept :

- 1 afgestreken dessert lepel maïzena
- 1 theelepel uitgeknepen verse gembervocht
- 30 ml donkere sojasaus
- 30 ml sake rijstwijn (droge sherry kan ook)
- 1 dessertlepel (kokosbloesem) suiker
- 2 theelepels sesamololie (ik neem dan die donkere van AH)
- klein stukje knoflook (1/4 teentje) uitgeknepen.

Dan :

1. Roer de maïzena met 1 eetlepel koud water even los, in een klein steelpannetje.
2. Doe de andere ingrediënten erbij en verwarmt het geheel zachtjes. Roer net zo lang, totdat de suiker gesmolten is.
3. Laat de saus afkoelen.

Niet zuur genoeg ? Doe er een theelepel rijstazijn bij.
Lekker !!

En die Shiitake paddenstoelen ?

- Snij de paddenstoelen in schijfjes
- Doe een beetje boter in een koekenpan, met een eetlepel teriyaki saus.

- Bak de ShiiTake paddenstoelen zachtjes, tot ze zweten en zacht zijn. Goed blijven roeren
- Doe ze in een mooi schaaltje en schep er nog 1 eetlepel Teriyaki saus overheen.

Je kunt het gerechtje ook zó eten, maar een schepje simpel gekookte witte rijst maakt het meer 'Japans'.

En hoe het smaakte ? Probeer zelf maar
Met een hartelijke groet van Tienieke.
Eet smakelijk !

Met een hartelijke groet van Tienieke.