KIKKOMAN

Champiñones rellenos de espinacas

Tiempo total **40 Mins.** **25 Mins.** Tiempo de preparación **15 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
670 kJ / 160 Kcal

Grasas: **9 g** Proteínas: **14 g**
Carbohidratos: **6 g**

INGREDIENTES

4 porciones

8	champiñones grandes
50 g	de espinacas
1	pimiento rojo
1	cebolla roja
1 cucharada	de mantequilla
2 cucharaditas	Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
	pimienta blanca recién molida
75 g	de queso crema a las finas hierbas

Extras

tabla para parrilla

PREPARACIÓN

Pasos 1

Cepillar los champiñones (sin lavarlos). Retirar los pies y picarlos finos, reservando los sombreros. Lavar, secar las espinacas y picarlas finas. Lavar el pimiento, cortarlo por la mitad, despepitar y picar fino. Pelar la cebolla y picarla fina.

Pasos 2

Derretir la mantequilla en una sartén colocada sobre la parrilla, añadir la cebolla y freír hasta que se dore. Agregar los pies de los champiñones, las espinacas y el pimiento, y remover. Verter la salsa de soja Kikkoman y sazonar con pimienta.

Pasos 3

Dejar enfriar ligeramente las verduras, añadir el queso crema a las finas hierbas y mezclar. Comprobar la sazón y añadir un poco más de pimienta. Rellenar los champiñones con la mezcla de verduras.

Pasos 4

Asar los champiñones en una tabla para parrilla a fuego indirecto de 10 a 15 minutos, en función de su tamaño.

Calor indirecto: 10-15 minutos a 180 °C