

Vegetarische Wellington

totale tijd **95 min.** 15 min. voorbereidingstijd **80 min.** kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
3.900.932 kJ / 932 kcal

Vetten: **51,5 g** Eiwitten: **25,6 g**
Koolhydraten: **88,3 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

4	rode bieten
600 ml	water
3 el	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus</u>
200 ml	droge rode wijn
50 ml	wittewijnazijn
80 g	suiker
3	knoflookteentjes
1 el	mosterdzaad
1	takje tijm
50 g	giert
1	ui
300 g	champignons
2 el	olijfolie
1 el	gehakte tijm
1 tl	peper
4	savooiekoolbladeren
275 g	bladerdeeg
Om het bladerdeeg mee in te smeren:	
2 el	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus</u>
1 el	water

VOORBEREIDING

Stap 1

4 rode bieten - **600 ml** water - **2 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus - **200 ml** droge rode wijn - **50 ml** wittewijnazijn - **80 g** suiker - **1** knoflookteentje - **1 el** mosterdzaad - **1** takje tijm
Was en schil de rode biet. Doe in een pan en schenk water, sojasaus, wijn en wittewijnazijn erbij. Voeg de suiker, de wat platgedrukte knoflook, mosterdzaad en tijm toe. Kook met het deksel op de pan totdat de rode biet zacht is. Haal de rode biet uit de pan en laat afkoelen.

Stap 2

50 g giert - **300 g** champignons - **1** ui - **2** knoflookteentjes - **2 el** olijfolie - **1 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus - **1 el** tijm - **1 tl** peper
Kook de giert volgens de aanwijzingen op de verpakking. Snijd de champignons, ui en knoflook fijn. Bak de ui in wat olijfolie, voeg de champignons toe en kook ongeveer 3 minuten.
Voeg de knoflook toe en bak nog 3 minuten. Kruid met Kikkoman Sojasaus, tijm en peper en meng goed. Voeg de gekookte giert toe aan de champignons en meng tot een net niet glad mengsel. Zet apart om af te koelen.

Stap 3

4 savooiekoolbladeren - **275 g** bladerdeeg - **2 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus - **1 el** water
Blancheer de bladeren van de savooiekool ongeveer 5 minuten en leg ze kort in koud water. Dep ze droog.
Rol het bladerdeeg uit. Verspreid de helft van het

champignonmengsel langs het midden van de langere kant. Leg de rode biet op de bladeren van de savooiekool. Bedek met de rest van de vulling en druk dit tegen de rode biet. Rol dan de bladeren op. Vouw de zijkanten van het bladerdeeg over de vulling.

Meng 2 el Kikkoman Sojasaus met 1 el water en smeer de bovenkant van het bladerdeeg in met het mengsel.

Bak 20 minuten in een voorverwarmde oven.