

Vleespastei op Japanse wijze

totale tijd **30 min.** 5 min. voorbereidingstijd 25 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
2.405,8 kJ / 575 kcal

Vetten: **38,8 g** Eiwitten: **27,2 g**
Koolhydraten: **36,8 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

200 g	vierkant bladerdeeg
1	ei
1 el	<u>Kikkoman Geroosterde Sesamolie</u>
150 g	rundergehakt
2	lente-uien
4	champignons
1 el	miso
1 el	suiker
1 el	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus</u>
1 el	water
1 el	maïzena of aardappelzetmeel (oplossen met een extra el water)
1 snufje	zwarte peper peterselie (voor decoratie)

VOORBEREIDING

Stap 1

1 el Kikkoman Geroosterde Sesamolie - **150 g** rundergehakt - **2** lente-uien - **4** champignons - **1 el** miso - **1 el** suiker - **1 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus - **1 el** water - **1 el** maïzena of aardappelzetmeel (oplossen met een additionele el water) - **1 snufje** zwarte peper

Bereiding – vulling:

Snijd de uien en champignons fijn. Giet de Kikkoman Sesamolie in een pan en bak de champignons en lente-ui zodra de pan warm is. Als ze zacht zijn, voeg het rundergehakt toe.

Als het gehakt gaar is, voeg de miso, suiker, Kikkoman Sojasaus, water en zwarte peper toe. Zodra de miso is opgelost en gelijkmatig gemengd, voeg het maïzenamengsel toe en meng alles goed.

Stap 2

200 g vierkant bladerdeeg
Snijd 8 vierkanten uit het bladerdeeg (8 x 8 cm) en snijd vier van de vierkanten in vier lange repen (elk 2 x 8 cm).

Stap 3

1 ei - **1** filling made in step 1 - de vulling uit stap 1
Smeer het bladerdeeg in met ei. Leg de vier repen op de randen. Leg de vulling die u in stap 1 heeft gemaakt in het midden en smeer de randen nog een keer in met het ei.

Bak 10 minuten in een voorverwarmde oven op 200 °C. Strooi gehakte peterselie over de pasteitjes voor het serveren.