

# Punaviinissä haudutetut herkkusienet

Valmistelut: 15 minuuttia Kypsyminen: 15 minuuttia 4 annos	
600 g	Tuoreita herkkusieniä
1 rkl	Sipulia hienoksi silputtuna
1 rkl	Kylmäpuristettua oliiviöljyä
1	laakerinlehti
1 rkl	maalaissinappia
1 tl	dijoninsinappia
1 rkl	Maissijauhoja
1 dl	punaviiniä
1 rkl	Ruohosipulisilppua
( hieman	Suolaa )
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Halkaise suurimmat herkkusienet kahtia, mutta jätä pienimmät kokonaisiksi. Pehmitä sipulia öljyssä ja 2 ruokalusikallisessa vettä. Kun sipuli on läpikuultavaa, lisää sienet ja laakerinlehti. Kypsennä sienä kohtalaisella lämmöllä 5 minuuttia.</li><li>2. Sekoita dijoninsinappi ja karkea sinappi ruokalusikalliseen vettä. Sekoita maissijauhot punaviiniin. Kaada molemmat seokset sienien sekaan ja jatka kypsentämistä samalla sekoittaen, kunnes kastike on saostunut ( noin 10 minuuttia ). Tarkista maku ja lisää tarvittaessa suolaa.</li><li>3. Sirottele ruohosipulisilppu sienille.</li></ol>	

Yhdessä annoksessa

Kaloreita 67

Rasvaa yhteensä 4 g

Tyydyttyneitä rasvahappoja 0 g

kolesterolia 0 mg

proteiineja 4 g

hiilihydraatteja 4 g

Natriumia 15 mg

Kuituja 2 g

Sokeria lisätty 0