

Täytetyt herkkusienet

Valmistelut: 15 minuuttia Kypsyminen: 30 minuuttia 4 annos	
12	Suurta tuoretta herkkusientä (noin $\frac{1}{2}$ kg)
1 rkl	kasvimargariinia
5	Vihersipulia hienoksi silputtuna
1	Lehtisellerin varsi silputtuna
1	Tomaatti kaltattuna ja paloitetuna (poista siemenet)
$\frac{1}{2}$ tl	Kuivattua meiramia
vastajauhettua	mustapippuria
50 g	Vaaleaa leipää murennettuna
(Hieman	Suolaa)
<ol style="list-style-type: none">1. Kuumenna uuni +200°C asteeseen. Pyyhi sienien lakit puhtaiksi talouspaperilla. Irrota sienistä jalat ja silppua ne.2. Valmista täyte. Sulata margariini ja kaada vihersipuli,- lehtiselleri,- ja sienisilppu pannuun. Pehmitä vihanneksia tiuhaan sekoittaen noin 5 minuuttia ilman kantta. Lisää tomaatti, meirami ja mustapippuri ja jatka kypsentämistä vielä 5 minuuttia. Murena leipä muiden ainesten joukkoon, sekoita ja nosta kattila tulelta. Mausta varovasti suolalla.	

3. Annostele täyte herkkusienien lakkeihin ja laita ne kevyesti rasvattuun vuokaan. Kypsennä uunissa 20 minuuttia, kunnes sienet ovat kullanvärisiä.

Yhdessä annoksessa

Kaloreita 110

Rasvaa yhteensä 3 g

Tyydyttyneitä rasvahappoja 1 g

kolesterolia 0 mg

proteiineja 5 g

hiilihydraatteja 16 g

Natriumia 141 mg

Kuituja	4 g
Sokeria lisätty	0



Vihersipuli

<https://fi.wikipedia.org/wiki/Vihersipuli>



Lehtiselleri

<https://satokausi.fi/raaka-aineet/lehtiselleri-varsiselleri/>