

מרק אטריות אורז



רכיבים

- כפות שמן זית
- כרישה פרוסה דק
- גזר חתוך למקלות
- בצל ירוק קצוץ דק
- שן שום כתוש כתושה
- פלפל ירוק חריף ללא גרעינים, קצוץ דק
- כפית מרק ירקות שורש ר.טבעיים
- כפית ווסאבי
- גרם פטריות פורציני חתוכות
- גבעולים כוסברה קצוצה
- גרם אטריות דקות
- כפות רוטב סויה קלאסי 290 מ"ל
- 1/2 2/1 כפית שומשום
- לפי הטעם מלח
- לפי הטעם פלפל שחור טחון טרי לפי הטעם

הכנה

1. מחממים בסיר גדול את השמן ומאדים את הכרשה, הגזר ובצל ירוק, בחום גבוה 2-3 דקות. מוסיפים את השום ופלפל חריף, וממשיכים באידוי עוד מספר דקות.
2. מוסיפים מרק ירקות ו-850 מ"ל מים רותחים. מערבבים פנימה את רוטב הוואסבי, מוסיפים פטריות, כוסברה ואטריות אורז ומבשלים כ-10 דקות. *ניתן להמיר את הוואסבי בחזרת ואת כוסברה בעירית קצוצה, לתשומת לבך, החלפת הרכיב יכולה לשנות את הערכים התזונתיים של המתכון.
3. מתבלים את המרק ברוטב סויה, מלח ופלפל. יוצקים ל-4 קעריות מרק. מקשטים בשומשום ומגישים.

40 דקות

4 servings 4