בישולים

מרק מיסו

רכיבים

- כוסות מים
- כף אבקת דאשי
- פטריות שימג'י מושרות בחצי כוס מים חמים ל-20 דקות ולאחר מכן פרוסות דק
- פטריות שמפיניון פרוסה דק
- כפות אצות וואקמה מושרות במים קריםכ-5 דקות
- 1/2 2/1 כפות רוטב מיסו אדום או לבן, לפי טעמכם
- גרם טופו חתוך לקוביות קטנות
- בצל ירוק פרוס לחתיכות באורך של כ-2 ס"מ

הכנה

1. מחממים בסיר את המים ואת הדאשי עד לסף רתיחה. מוסיפים את הפטריות עם מי ההשריה ואת האצות ומבשלים דקה. *ניתן להמיר את אצות הוואקמה ב-3 כפות אצות היזיקי מיובשות. לתשומת לבך, החלפת הרכיב יכולה לשנות את הערכים התזונתיים של המתכון.
2. מניחים את המיסו בקערית וממיסים בחצי כוס מהמרק החם.
3. מוסיפים את המיסו המומס למרק תוך כדי ערבוב ומסירים מהאש.
4. מניחים קוביות טופו ובצל ירוק בקעריות הגשה ומוזגים מעליהם את המרק.

20 דקות

6 servings 6