

# İstiridye mantarlı ve poşe yumurtalı Amarant kasesi

toplam süre **35 dak.** 10 dak. hazırlık süresi 25 dak. pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):  
**2106 kJ / 503 kcal**

Yağ: **28,9 gr** Protein: **18 gr**  
Karbonhidrat: **39,9 gr**

## MALZEMELER

2 porsiyon

<b>100 gr</b>	Amarant
<b>40 gr</b>	roka
<b>100 gr</b>	kereviz sapı
<b>1 yemek kaşığı</b>	zeytinyağı
<b>2</b>	yumurta
<b>0,5 tatlı kaşığı</b>	elma sirkesi
<b>1 tatlı kaşığı</b>	doğranmış acı kırmızı biber
<b>0,5 tatlı kaşığı</b>	kırmızı biber
<b>150 gr</b>	istiridye mantarı
<b>1 yemek kaşığı</b>	Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
<b>1 yemek kaşığı</b>	doğranmış acı kırmızı biber
<b>2 yemek kaşığı</b>	doğranmış Frenk soğanı
<b>1 yemek kaşığı</b>	doğranmış maydanoz
<b>2 yemek kaşığı</b>	zeytinyağı

## HAZIRLANIŞ

### Adım 1

Amarant'ı ambalajındaki talimatlara göre bir tencerede yumuşayınca kadar haşlayın.

### Adım 2

Kereviz sapını ½ cm boyutunda dilimleyin. Roka ve zeytinyağı ile bir kaseye alın.

### Adım 3

Temizlenmiş istiridye mantarlarına [Kikkoman Soya Sosu](#), acı biberi ve taze yeşillikleri ekleyin, ardından zeytinyağında kavurun.

### Adım 4

Her şey hazır olduğunda yumurtaları da hazırlayın. Derin bir tencerede su kaynatın ve içine sirke ekleyin. Kaşıkla karıştırarak girdap yaratın ve içine bir yumurtayı kırın. Diğer yumurtayla da aynı işlemi tekrarlayın. Suyun yavaşça kaynaması için ocağı kısın ve her yumurtayı 2,5 dakika boyunca suda pişirin.

### Adım 5

Amarant'ı istiridye mantarları, sebze salatası ve poşe yumurtalarla acı biber ve karabiberle çeşnilendirerek servis edin.