

# LINS OCH SVAMPRÖRA

---

1 gul lök hackas

1 dl röda linser

½ buljongtärning

100 gr champinjoner

½ msk maizena

1 tsk tamari

Olivolja

vatten

Linserna kokas i 2 dl vatten tillsammans med lök och ½ buljongtärning. 100g champinjoner finhackas och fräses i 4 min i olivolja. ½ msk maizena + 1 msk vatten blandas i linsröran och kokas upp tillsätt svamp och 1tsk tamari eller japansk soja. Mixa till slät smet. Låt svalna.

Gott på smörgås. Hållbart i ca 4 dagar i kylskåp.

/ Gunvor Forsell