

# Würziges Pilz-Tomaten-Jus

Gesamtzeit **30 Min.** 15 Min. Vorbereitungszeit **15 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):  
**309 kJ / 74 kcal**

Fett: **5 g** Eiweiß: **1,9 g**  
Kohlenhydrate: **5 g**

## ZUTATEN

4 Portion(en)

<b>1</b>	Zwiebel
<b>1</b>	Zehe Knoblauch
<b>2 EL</b>	Rapsöl
<b>2</b>	Lorbeerblätter
<b>1 g</b>	Pfeffer ganz
<b>5 EL</b>	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
<b>100 g</b>	Tomatensaft
<b>1 TL</b>	Tomatenmark
<b>1 TL</b>	Steinpilzpulver
<b>1 g</b>	Rauchsalz
<b>1 TL</b>	Zucker
<b>1 TL</b>	Stärke

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

Zwiebeln schälen und grob schneiden, anschließend Öl in einem Topf goldgelb rösten. Knoblauch andrücken, mit den Lorbeerblättern und Pfeffer zu den Zwiebeln geben und mitrösten.

### Schritt 2

Tomatenmark hinzufügen und ebenfalls etwas anrösten. Mit Tomatensaft und [Kikkoman Sojasauce](#) ablöschen. Mit Zucker, Rauchsalz und Steinpilzpulver abschmecken und ca. 15 Minuten leicht köcheln lassen. Anschließend die Sauce fein sieben.

### Schritt 3

Stärke mit etwas Wasser anrühren und die gesiebte Sauce wieder zum Kochen bringen. Unter ständigem Rühren die aufgelöste Stärke angießen und ca. eine Minute köcheln lassen. Damit ist die Sauce fertig.