

Ispanaklı Fırın Mantar

Fırında ıspanaklı mantar dolması tarifi. Büyük mantarlar krem peynir ve ıspanak karışımı ile doldurulup fırınlanır. Sağlıklı ve lezzetli!

15	30	45	4	Easy
HAZIRLIK DK	PİRME DK	TOPLAM DK	PORSİYON	ZORLUK

Ispanaklı Fırın Mantar

Malzemeler

- 0.9 lb mushroom
- 0.7 lb spinach
- 1 onion
- 3.4 oz heavy cream
- 3.2 oz kashari cheese
- 2 tbsp butter
- 1 tsp salt
- 1 tsp black pepper

Yapılışı

- Prepare oven and mushrooms**

Preheat oven to 200°C (400°F). Wipe 0.9 lb mushrooms clean with damp paper towel and remove stems by gently twisting them off. Use a teaspoon to scrape out the dark gills from inside each mushroom cap.
- Cook the spinach**

Place 0.7 lb spinach in a microwave-safe bowl with 2 tablespoons water. Cover tightly with microwave-safe plastic wrap and microwave on high for 2-3 minutes until wilted. Drain in a colander and let cool for 5 minutes.
- Prepare spinach filling base**

Squeeze cooled spinach firmly in your hands to remove excess water, then chop roughly. Heat 2 tablespoons butter in a large skillet over medium heat until melted and foaming.
- Make the filling**

Add chopped onion to the skillet and cook for 3-4 minutes until softened and translucent. Add chopped spinach and cook for 2 minutes, stirring frequently. Remove from heat and let cool for 5 minutes.
- Complete filling mixture**

Stir 3.4 oz cream cheese and 3.2 oz shredded cheese into the spinach mixture until well combined. Season with 1 teaspoon salt and 1 teaspoon black pepper. Mix thoroughly.
- Pre-bake mushrooms**

Arrange mushroom caps gill-side up on a parchment-lined baking sheet. Bake for 10 minutes until mushrooms begin to release their juices.

7 Stuff and finish baking

Remove mushrooms from oven and divide spinach mixture evenly among the mushroom caps, mounding it slightly. Return to oven and bake for 15-20 minutes until filling is golden brown and bubbly.

8 Let cool for 3-4 minutes before serving hot as an appetizer.

puçlar?

En iyi sonuç için büyük, taze ve sa?lam portobello veya cremini mantarlar? seçin. Mantarlar dolgunun a??rl??n? ta??yacak kadar güçlü olmal?d?r.

Mantarlar? temizlerken akan su kullanmaktan kaç?n?n. Bunun yerine nemli bir bez veya ka??t havluyla silin. Su mantarlar?n fazla nem emmesine neden olabilir.

?spana?? mutlaka önceden pi?irin ve fazla suyunu iyice s?k?n. Bu ad?m dolgununuzun sulu kalmamas?n? sa?lar ve lezzeti yo?unla?tır?

Mantarlar? doldurmadan önce 10 dakika fır?nda önceden pi?irin. Bu, mantarlar?n daha iyi pi?mesini ve dolgununun daha iyi tutunmas?n? sa?lar.

Mantarlar? a??r? doldurmay?n. Dolgu pi?erken geni?leyebilir ve ta?abilir. Her mantar?n üstünde küçük bir bo?luk b?rak?n.

Fır?na koymadan önce mantarlar?n kenarlar?n? zeytinya?? ile fırçalay?n. Bu, mantarlar?n kurumamas?n? önler ve güzel bir görünüm sa?lar.

Servis etmeden önce 5 dakika dinlendirin. Bu, dolgununun oturmas?n? ve mantarlar?n çok s?cak olmamas?n? sa?lar.

?ste?e ba?l? olarak üzerine taze otlar, rendelenmi? parmesan veya çam fıstı?? serpererek sunabilirsiniz.