

# Roulés feuilletés garnis de champignons sauce teriyaki

durée totale **30 min.** 10 min. temps de préparation 20 min. temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):  
**1.800 kJ / 430 kcal**

Matières grasses: **28 g** Protéines: **8 g**  
Glucides: **35 g**

## INGRÉDIENTS

2 portions

**200 g** de champignons  
**60 g** d'oignon  
**20 ml** d'huile de colza  
**40 ml** [Teriyaki Marinade Kikkoman](#)  
**200 g** de pâte feuilletée  
**1** jaune d'œuf, pour badigeonner  
**60 g** de mayonnaise  
**2 càs** d'aneth frais, haché

## PRÉPARATION

### Étape 1

**200 g** de champignons - **60 g** d'oignon - **20 ml** d'huile de colza - **40 ml** [Teriyaki Marinade Kikkoman](#)

Émincer les champignons et l'oignon, puis les faire revenir dans l'huile de colza. Ajouter la marinade Teriyaki Kikkoman et laisser cuire jusqu'à ce que la majeure partie du liquide se soit évaporée.

### Étape 2

**200 g** de pâte feuilletée - **1** jaune d'œuf, pour badigeonner

Dérouler la pâte feuilletée, étaler la garniture dessus et la rouler en boudins. Les couper en petits morceaux et les badigeonner de jaune d'œuf. Faire cuire à 200 °C pendant 15 à 18 minutes jusqu'à ce qu'ils soient dorés.

### Étape 3

**60 g** de mayonnaise - **2 càs** d'aneth frais haché  
Mélanger la mayonnaise avec l'aneth haché et servir comme trempette pour les petits pains.