

## רכיבים:

- 1 כף שמן
- 2 כרישות, רק החלק הלבן
- 1 סלסלת פטריות שמפיניון טריות
- 1 כוס קינואה
- 2 כוסות מים
- 1 כף אבקת מרק ירקות אורגנית או אבקת מרק פטריות מלח, פלפל שחור

## אופן ההכנה:

1. חוצים את הכרישות לאורך ופורסים דק. פורסים גם את הפטריות.
2. מחממים את השמן בסיר ומטגנים את הכרישה עד להזהבה. מוסיפים את הפטריות ומבשלים כ-5-7 דקות, עד שהפטריות רכות. מוסיפים את הקינואה, מערבבים ומבשלים כדקה. מוסיפים את המים, אבקת המרק והתבלינים. מערבבים, מנמיכים את האש, מכסים את הסיר ומבשלים עד שהמים נספגים בקינואה.