



Zoete chilikip met paksoi

met rijst en komkommer-pruimensalade



20-30min



2 personen

Licht, makkelijk en snel – dit frisoete gerecht met Aziatische twist staat in een handomdraai op tafel. Ideaal voor zomeravonden waarin je niet al te lang in de keuken wilt staan. Kip, basmatirijst en knapperige paksoi vormen de basis. Een pittig, maar fris sausje van pruimen, komkommer en rijswijnazijn doet de rest. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

- 150g basmatirijst
- 2 tenen knoflook
- 25ml sojasaus ^{1,6}
- 50ml zoete chilisaus
- 1 kipfilet
- 1 paksoi
- 1 minikomkommer
- 2 pruimen
- 10g verse knoflookbieslook
- 1 zakje sesamololie ¹¹
- 25ml rijstwijnazijn

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- middelgrote kookpan met deksel
- grote koekenpan
- maatbeker
- zeef

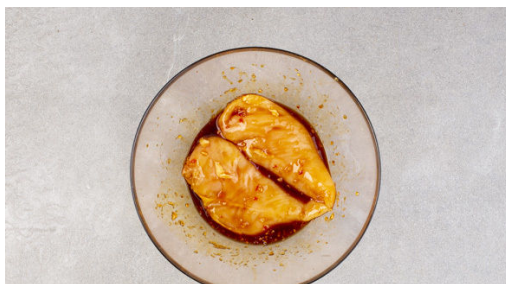
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

gluten (1), soja (6), sesamzaad (11). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 658kcal, vet 14.1g, koolhydraten 94.6g, eiwit 38.6g



1. Vlees voorbereiden

Breng in een middelgrote kookpan 300ml licht gezouten water aan de kook voor de **rijst**. Pel en hak de **knoflook** heel fijn, of gebruik een knoflookpers. Meng **de helft van de knoflook** met de **sojasaus** en **de helft van de zoete chilisaus**. Dep het **vlees** droog en snijd het in de lengte in 2 dunnere filets. Overgiet het **vlees** met de **marinade** en laat dit intrekken.



4. Paksoi meebakken

Snijd het **witte** en **groene deel** van de **paksoi** apart van elkaar in grove stukken. Voeg de **witte paksoi** toe aan het **vlees** in de pan en bak 2-3min mee. Roer de **rest van de marinade** en de **zoete chilisaus** erdoor en voeg de **groene paksoi** toe. Bak nog ca. 2min, tot het **vlees** gaar is. Proef en breng op smaak met zout en peper.



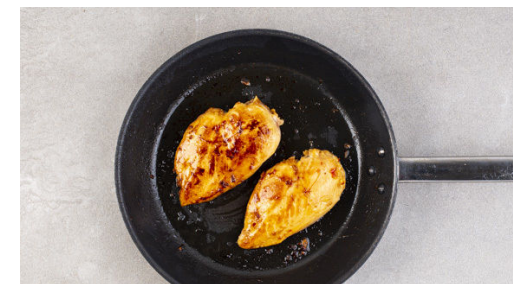
2. Rijst koken

Was de **rijst** grondig in een zeef totdat het water helder is. Voeg de rijst toe aan het kokende water. Zet het vuur laag, leg een deksel op de pan en kook 10-12min tot de **rijst** gaar is. Haal de rijst van het vuur en laat ca. 5min uitdampen.



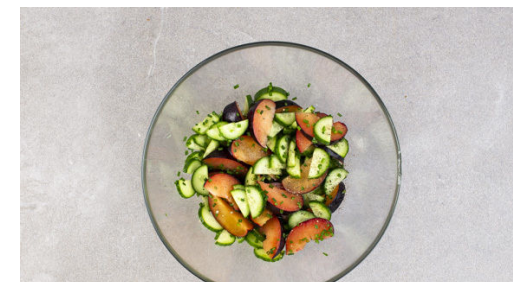
5. Salade voorbereiden

Snijd de **komkommer** in de lengte doormidden en dan in plakjes. Halveer de **pruimen**, verwijder de pit en snijd in parten. Snijd de **knoflookbieslook** in dunne ringetjes.



3. Vlees aanbraden

Verhit een grote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Braad het **vlees** met zo min mogelijk **marinade** 1-2min aan elke kant. Bewaar de **rest van de marinade**.



6. Salade afmaken

Meng de **komkommer**, de **pruimen** en de **knoflookbieslook** met de **sesamololie**, de **rijstwijnazijn** en zout en peper naar wens. Snijd het **vlees** in plakken en serveer met de **rijst**, de **paksoi** en de **salade** in diepe borden of kommen. Besprenkel met de **sous** uit de pan.