



Kiphotdogs met gestoofde groenten

op basmatirijst met chilyoghurt



ca. 25min



2 personen

Wij zijn dol op onze kiphotdogs. En dat ze niet altijd klassiek op een broodje geserveerd hoeven te worden, bewijst dit gerecht. Vandaag gaar je ze samen met een mix van verse groenten in bouillon. Erbij kook je basmatirijst en voor een extra kick maak je een pittige yoghurtdip met chilivlokken en bosui.

Wat je van ons krijgt

- 150g basmatirijst
- 1 teen knoflook
- 1x verse groentemix
- 10g kippenbouillonpoeder
- 2 kiphotdogs⁹
- 1 bosui
- 1 kuipje yoghurt⁷
- 1 zakje chilivlokken
- 10g verse basilicum

Wat je thuis nodig hebt

- bloem¹
- peper en zout
- plantaardige olie
- azijn

Kookgerei

- kleine 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), melk (7), selderij (9). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 739kcal, vet 27.1g, koolhydraten 95.6g, eiwit 27.8g



1. Rijst koken

Breng 300ml licht gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Was de **rijst** grondig in een zeef. Voeg toe aan het kokende water en breng opnieuw aan de kook. Draai het vuur helemaal laag, doe een deksel op de pan en kook de **rijst** in 10-12min gaar. Neem de pan van het vuur en laat de **rijst** afgedekt rusten.



4. Hotdogs bakken

Los de **helft van het bouillonpoeder** op in 200ml heet water. Voeg de **hotdogs** en **knoflook** toe aan de **groentemix** en bak ca. 1min mee. Bestrooi met 1el bloem, schenk de **bouillon** erbij en roer goed.



2. Knoflook snijden

Pel en hak de **knoflook** grof.



5. Hotdogs en groenten garen

Breng het geheel aan de kook, draai het vuur lager en laat 8-10min sudderen, tot de **hotdogs** gaar zijn en de meeste **bouillon** verdampt is. Breng de **groenten** op smaak met 1el azijn, peper en zout.



3. Groenten bakken

Verhit een grote koekenpan op medium tot hoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **groentemix** met een snuf zout en peper ca. 3min, tot de **ui** en **prei** zacht zijn.



6. Dip maken

Snijd de **bosui** in dunne ringen en meng met de **yoghurt**. Breng verder op smaak met een **snuf chilivlokken** (of meer naar smaak), peper en zout. Hak de **basilicumblaadjes** grof. Snijd de **hotdogs** in stukjes. Verdeel de **rijst**, **groenten** en **hotdogs** over de borden, bestrooi met de **basilicum** en serveer met de **yoghurdip**.