



Kip geglaceerd in chili-sojasaus

met paksoi en komkommer-pruimensalade



ca. 25min



2 personen

Licht, snel en lekker. Dat is de samenvatting van dit gerecht. Want niet alleen staat dit stomende bordje rijst in een handomdraai op tafel, het zit ook boordevol typisch Aziatische smaken. Door de kip aan te bakken in zoete chilisaus en zoute sojasaus en daar later de paksoi aan toe te voegen, krijgt je maaltje snel veel smaak. Erbij maak je een fruitige salade van komkommer, pruimen en rijstazijn. Eet smakelijk!

Wat je van ons krijgt

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

Wat je thuis nodig hebt

- peper en zout
- plantaardige olie

Kookgerei

- grote koekenpan
- zeef of vergiet
- kleine kookpan met deksel
- maatbeker

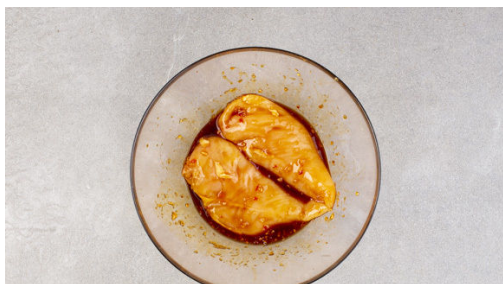
Vergeet niet je versproducten van tevoren grondig te wassen. Voornamelijk de bladgroenten en slabladeren kunnen kleine steentjes bevatten.

Allergenen

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

Voedingswaarde per portie

calorieën 661kcal, vet 12.3g, koolhydraten 85.5g, eiwit 46.6g



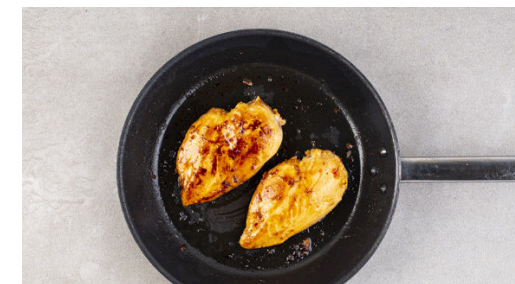
1. Kip marineren

Breng 300ml licht gezouten water in een kleine kookpan aan de kook voor de **rijst**. Pel en hak of rasp de **knoflook** fijn. Meng de **sojasaus** in een kom met de **knoflook** en de **helft van de zoete chilisaus**. Dep de **kipfilets** droog en hussel ze om met de **marinade**, zorg ervoor dat de **kip** aan beide kanten goed ingewreven is.



2. Rijst koken

Was de **basmatirijst** in een zeef onder de kraan totdat het water helder is. Voeg de **rijst** toe zodra het water kookt, breng eenmaal opnieuw aan de kook en kook de **rijst** op laag vuur met een deksel afgedekt in 10-12min beetgaar. Neem van het vuur en laat de **rijst** afgedekt 5min rusten.



3. Kip bakken

Verhit 1el plantaardige olie in een grote koekenpan op middelhoog vuur en voeg de **kip** met **zo min mogelijk marinade** aan de pan toe. Braad de **kip** in 1-2min per zijde stevig aan.



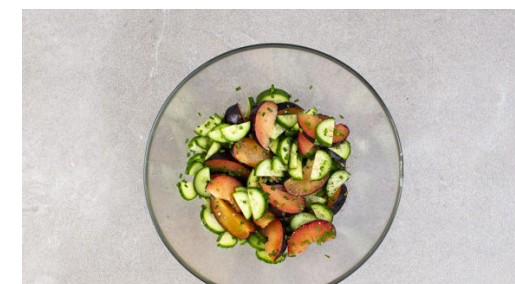
4. Paksoi toevoegen

Snijdt het **wit van de paksoi in repen** en hak de **groene bladeren** grof. Voeg het **wit van de paksoi** aan de pan toe en bak 2-3min mee. Doe dan de **rest van de marinade** en de **chilisaus** in de pan. Voeg de **groene paksoibladeren** toe en stoof 2min op middellaag vuur tot de **kip** gaar is. Proef en breng op smaak met peper en zout.



5. Pruimen snijden

Verwijder de pit en snijd de **pruimen** in partjes. Snijd of knip de **bieslook** in ringetjes. Snijd de **minikomkommer** in de lengte doormidden en dan in plakjes.



6. Salade aanmaken

Meng de **komkommer**, **pruimen** en **bieslook** met **1el rijstwijnazijn**, de **sesamololie** en 1/4tl zout en een snuf peper. Snijd de **kipfilets** in brede plakken. Schep de **rijst** en **gewokte groenten** op en serveer de **kip** erbovenop. Besprenkel met de **sous** uit de pan en serveer met de **pruimensalade** ernaast.