



Chinese kipsalade

met noedels en sinaasappel-gembervinaigrette



ca. 25min



2 personen

Wil je snel aan tafel en heb je geen zin in een berg afwas? Probeer dan eens dit recept, waarmee onze chef Martina je een heel handig trucje leert! Je pocheert eerst de kip in een bouillon van gember en sjalotjes. Diezelfde bouillon gebruik je om de noedels in te garen en tot slot ook nog als basis voor een dressing. Dat is nog eens een mooi voorbeeld van slim koken!

Wat je van ons krijgt

- 1 sjalotje
- 1 stukje verse gember
- 1 kipfilet
- 1x taugé
- 100g noedels
- 1 vers chilipepertje
- 1 sachet sojasaus ^{1,6}
- 1 sachet mayonaise ^{3,10}
- 1 zakje cashewnoten ¹⁵
- 1 sinaasappel
- 1 Chinese kool
- 1 bosui
- 1 stengel bleekselderij ⁹

Wat je thuis nodig hebt

- zout
- azijn
- suiker

Kookgerei

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

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

Allergenen

gluten (1), eieren (3), soja (6), selderij (9), mosterd (10), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

Voedingswaarde per portie

calorieën 638kcal, vet 20.5g, koolhydraten 67.8g, eiwit 40.7g



1. Kip pocheren

Breng 400ml water in een kleine kookpan aan de kook. Pel en snijd het **sjalotje** in kwarten. Schil en hak de **gember** grof of snijd in plakjes. Voeg de **kip**, **gember** en het **sjalotje** met 1/4tl zout aan het kokende water toe. Leg een deksel op pan en kook de **kip** in 12-15min op laag vuur gaar. Kook in de laatste min de **taugé** mee.



4. Cashewnoten roosteren

Hak de **cashewnoten** grof. Rooster ze 2-3min in een droge, middelgrote koekenpan op middelhoog vuur tot ze goudbruin zijn. Let op, de **noten** kunnen snel verbranden.



2. Noedels wellen

Doe de **noedels** in een kom en schenk de **bouillon** er door een zeef overheen. Laat zo 2-3min staan, totdat de **noedels** beetgaar zijn. Vang bij het afgieten de **bouillon** op. Vis de **gember** en het **sjalotje** tussen de **taugé** uit, de smaakmakers worden niet meer gebruikt. Zet de **kip** opzij tot stap 5.



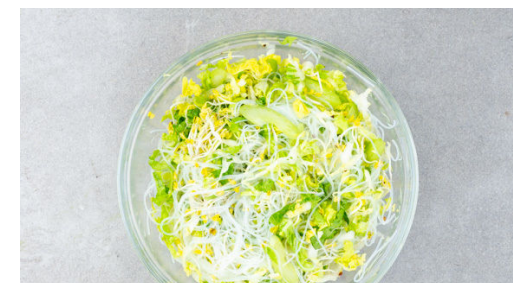
5. Groenten snijden

Schil en snijd de **sinaasappel** in blokjes. Vang het **sap** op. Snijd de **helft van de kool** in heel dunne reepjes. Bewaar de **rest** voor een ander recept. Snijd de **bosui** in ringetjes. Snijd de **bleekselderij** in schijfjes. Scheur de **kip** met 2 vorken in reepjes.



3. Dressing voorbereiden

Snijd de **helft van het chilipepertje** in ringetjes. Hak de **rest** fijn en meng dit met de **sojasaus**, **mayonaise**, 1/2el suiker en 1el azijn. Roer tot de suiker is opgelost en zet de **dressing** opzij tot stap 6.



6. Salade mengen

Roer **4el bouillon** en het **sinaasappelsap** door de **dressing**. Meng de **noedels** in een kom met de **sla**, **selderij**, **taugé** en de **dressing**. Breng op smaak met peper en zout. Schep de **salade** op en verdeel de **kip**, **sinaasappel**, **cashewnoten**, **bosui** en de **chilipeperringetjes** erover.