

# DINNERLY



## Thaise kip en cashewnoten met groenten op basmatirijst



ca. 25min



2 personen

Eén van de dingen die koken zo leuk maken, is dat je in je eigen keuken op wereldreis kunt gaan. Neem dit Thaise gerecht met al die typische Zuidoost-Aziatische smaken: rijke oestersaus, frisse gember, malse kip. Alles op zachte rijst, met als knapperige toevoeging de cashewnoten. Zo is het net alsof je in Bangkok op straat staat te eten!

## WAT JE VAN ONS KRIJGT

- 1 prei
- 1 rode paprika
- 1 stukje verse gember
- 150g jasmijnrijst
- 1 kipfilet
- 50ml oestersaus <sup>1,6,14</sup>
- 25g cashewnoten <sup>15</sup>

## WAT JE THUIS NODIG HEBT

- 1 teen knoflook
- zout
- plantaardige olie
- azijn

## KOOKGEREI

- kleine kookpan met deksel
- middelgrote koekenpan
- keukenrasp
- 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), weekdieren (14), noten (15). Kan sporen van andere allergenen bevatten.

## VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

calorieën 622kcal, vet 15.3g, koolhydraten 78.0g, eiwit 38.6g



### 1. Groenten snijden

Breng 300ml ruim gezouten water aan de kook in een kleine kookpan. Snij de **prei** in dunne ringen. Was de **preiringen** grondig en laat ze uitlekken. Snij de **paprika** in vieren, verwijder de kern en snij 'm in dunne reepjes. Pel en snij 1 teen knoflook fijn. Schil de **gember** en rasp 'm fijn.



### 2. Rijst koken

Was de **rijst** in een zeef tot het water helder blijft. Voeg de **rijst** toe aan het kokende water, leg een deksel op de pan, draai het vuur helemaal laag en laat 10-12min koken tot al het water is opgenomen. Haal de pan van het vuur en laat nog ca. 5min met het deksel erop staan.



### 3. Kip bakken

Dep de **kip** droog met keukenpapier, snij het **vlees** in stukjes van ca. 3cm doorsnede en bestrooi met een snuf zout. Verhit een middelgrote koekenpan op middelhoog vuur met 1el plantaardige olie. Bak de **kipstukjes** ca. 3min – ze hoeven nog niet gaar te zijn. Schep de **kip** op een bord en zet opzij. De pan gebruiken we direct weer.



### 4. Groenten bakken

Voeg de **prei**, **paprika**, **gember**, knoflook en een snuf zout toe aan de pan. Bak 1-2min.



### 5. Afmaken en serveren

Voeg de **kipstukjes** toe aan de **groenten** en bak het geheel ca. 1min. Draai het vuur laag en roer de **oestersaus**, **cashewnoten** en 1-2el azijn erdoor. Zet het vuur middelhoog en laat alles 3-4min zacht koken. Proef en voeg evt. nog wat zout toe. Verdeel de **rijst** en het **kip-groentenmengsel** over de borden.



### 6. Surprise, surprise

Maïszetmeel (of maizena) staat vaak v r achterin je keukenkastje. Goed nieuws: vandaag kan je ermee aan de slag (als je wil)! Paneer de kipfilets vóór het braden door ze even door 1-2tl zetmeel te wentelen. Zo krijgt de kip dat knapperige korstje dat je van het Thaise restaurant kent.