



2A Meat

Oosterse kip met paksoi



Bereidingstijd
30 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Maak een marinade van de sojasaus, rijstazijn, citroensap, gember, knoflook, peper en zout. Wrijf de kip in met de marinade. Dek af en laat dit minimaal 15 minuten staan. Laat de kipfilet uitlekken in een zeef en bewaar de marinade in een kommetje.
- 2 Verhit de kokosolie in een koekenpan fruit de ui totdat deze glazig ziet. Houd de even ui apart. Bak de stukjes kipfilet op hoog vuur in circa 2 minuten rondom goudbruin. Zet het vuur laag en voeg de overgebleven marinade toe. Keer regelmatig om en laat in circa 7-10 minuten gaat worden. Roerbak de laatste 3-5 minuten de ui, paprika en de paksoi mee. Breng eventueel nog op smaak met peper en zout.

Ingrediënten

- ☐ 120-150 g kipfilet, in stukjes
- ☐ ½ rode paprika, in stukjes
- ☐ 100 g paksoi, grof gesneden
- ☐ ½ ui, grof gesnipperd
- ☐ ½ teentje knoflook, geperst
- ☐ 1 el kokosolie
- ☐ 1 el rijstazijn
- ☐ 2 tl citroensap
- ☐ 1 cm geraspte gember
- ☐ 1 el Kikkoman sojasaus
- ☐ Peper
- ☐ Zout

Voedingswaarden per persoon

Energie	289 kcal
Koolhydraten	10 g
Vet	12 g
Eiwit	31 g