



1A+1B

Meat

Selderijsalade met kipfilet en homemade chilisaus



Bereidingstijd
15 minuten



Porties
Voor 1 persoon

Bereidingswijze

- 1 Snijd de bleekselderij in kleine halve maantjes en de gerookte kipfilet en tomaat in kleine stukjes. Meng dit goed door elkaar en roer dan de chilisaus er doorheen.
- 2 Chilisaus: Was de pepers, verwijder de zaadlijst en snijd in kleine stukjes. Doe alle ingrediënten in een pannetje en breng rustig aan de kook. Laat 7 minuten rustig op een laag pitje koken zonder deksel. Meng daarna met een staafmixer alles tot een glad mengsel. Bewaar de chilisaus in een klein weckpotje.

Ingrediënten

- ☐ 120 g gerookte kipfilet
- ☐ 3 stengels bleekselderij (draden verwijderd)
- ☐ 1 tomaat
- ☐ 1 el homemade chilisaus

Voedingswaarden per persoon

Energie	235 kcal
Koolhydraten	9 g
Vet	10 g
Eiwit	22 g