

Kipfilet met prei en champignons

Aantal personen: 2

200 gram kipfilet
1 teentje knoflook
250 gram champignons
2 preien
200 gram broccoli
2 uien
Sambal oelek
Sojasaus
80 gram zilvervliesrijst

Kook de rijst volgens de aanwijzingen op de verpakking.

Snij de kipfilet in stukjes en doe ze in een schaal met een marinade van sambal oelek, knoflook en sojasaus en laat minimaal een kwartier intrekken. Snij ondertussen de groenten fijn.

Smoor de uien in de pancoating en als ze glazig zijn doe dan de gemarineerde kipfilet erbij. Even meebakken en dan de champignons, prei en broccoli toevoegen. Voeg nu 100 milliliter water toe en doe de deksel op de pan. Smoor het vlees en de groenten circa 10 minuten.

Serveer met de rijst.

