



snelle roerbak kip met groente

NODIG

- 4 pers
- 30 minuten

- MARINADE
- 3 eetlepels honing
- 1 eetlepel sojasaus
- 2 el ketjap
- 1 el sesamololie
- 2 theelepels appelazijn
- 2 teentjes knoflook, geperst
-
- 300 gram (zilvervlies) rijst
- 4 kipdijen in blokjes
- 1 eetlepel olie
- 300 gram groene asperges of broccoli
- 400 gram Wokgroente
- 35 gram cashewnoten
- paar steeltjes bos uit of lente ui

lekker
snel!

DOEN:

1. Marineer minimaal 10 minuten de kip in mengsel van de honing, sojasaus, ketjap, sesamololie, appelazijn, sesamololie en knoflook. Kook de rijst volgens de gebruiksaanwijzing op de verpakking.
2. Verhit hapjespan of wok op middelhoog vuur, voeg een eetlepel olie toe en bak de kip aan. Voeg de groente toe en bak nog ongeveer 10 minuten aan. Doe tot slot de cashewnoten erbij. Serveer met rijst en garneer met lente-ui of bosui



WWW.BONAPETIT.NU