

Ingrediënten en Recept



- 500 g kippengehakt
- 5 tal wortelen
- ½ spitskool (enkel voor 1197 recept)
- 1 prei
- 1 grote ui
- Look
- Ras el hanout
- Vleeskruiden (Et baharat)
- 1 pakje glasnoedels
- Rijstwafels (blaadjes)



Ui met look aanstoven



+ wortelen



+ kippengehakt



+ prei



+ kruiden met
Ras el Hanout

Et Baharati



Glasnoedels garen
En warm water opvangen
Daarna glasnoedels snijden en onder het gehaktmengsel roeren



Rijstvellen in het warm water dompelen
En op werkvlak leggen
Gehaktmengsel erin rollen



Bakken in pan met wat zonnebloemolie in
Saus erbij van
Rice rolls, De Gezonde Goesting, Steffi Vertriest (1014)

Bron

Martine Lycke

26/04/2020
