

Ingrediënten en recept

Rijst 3x spoelen

Met water en stukje groentebouillon onder deksel laten garen

Vorbereidingen

Ui versnipperen

3 teentjes look

2 rode paprika's schillen en in blokjes snijden

2 courgettes, ev wat grote zaden verwijderen en ook in blokjes snijden

Kipfilets in blokjes snijden

Met maïzena en lookgranulaat inwrijven

In wok:

Ui aanfruiten in olie

Kipfiletblokjes erbij aanbakken

Er mag wat aanbaksel komen

Groentjes: rode paprika, courgette en look toevoegen.

Aanbaksel zal al wat loskomen

Mooi omroeren en efkes laten meebakken samen met 1 el gochujang, hier gedaan of rode chili mag ook

Toevoegen:

Water

Room

Kippenbouillon pasta

10-tal minuten laten sudderen

Lente-ui toevoegen

Heb nog een klein beetje bindmiddel toegevoegd om de saus wat dikker te maken

Bron

04/08/2026

Martine Lycke

Fotos

