

Recept!

Honingzoete ketjapkip met groene asperges

Ingrediënten

2 eetlepels ketjap
2 eetlepels honing
1 keer kipfilet dubbel in blokjes
olijfolie
800 gram groene asperges, in stukjes
4 teentjes knoflook
2 rode uien
2 eetlepel sesamzaadjes, geroosterd
300 gram rijst

Bereiding

Meng de ketjap en honing en laat de kipblokjes hierin ongeveer een half uurtje marineren (in de koelkast).

Verhit wat olijfolie in een pan en roerbak de asperges in ongeveer 5 minuten beetgaar.

Haal ze uit de pan en zet apart.

Als je de asperges roerbakt, blijven ze lekker krokant. Je kunt ze ook even kort voorkoken, als je daar niet zo van houdt.

Haal de kip uit de marinade en roerbak kort in dezelfde pan. Gooi de marinade niet weg.

Voeg de knoflook en de sjalotjes toe en roer goed door.

Voeg de marinade toe en roer er als laatste de asperges doorheen.

Laat alles goed warm worden.

Strooi er de geroosterde sesamzaadjes overheen.

Serveer met rijst

Eetsmakelijk!

Onze *inspiratie*: www.danielleblogging.wordpress.com

April 2018 Biologische boerderijwinkel

Kleinlangevelsloo – Supermarkt in het bos!

Biologische
Boerderijwinkel