

Recept!

Spitskoolschotel met satésaus

Ingrediënten

300 gram basmatirijst
1 ui
1 spitskool
2 appels
1 theelepel sambal oelek
300 gram kipfilet
Melk
Pindakaas

Bereiding

kook de rijst volgens de gebruiksaanwijzing.

Snij de kipfilet in blokjes, de kool in reepjes en de ui in stukjes. In een pan kokosolie verwarmen. Bak hierin de ui met sambal circa 2 minuten. Kipblokjes bestrooien met zout en peper. Kip door ui scheppen en een paar minuten mee bakken.

Kool bij kip voegen en een aantal minuten meebakken. Appels schillen, klokhuis verwijderen en appels in stukjes snijden. Appels en 100 ml water door koolmengsel scheppen, afgedekt in ca. 10 minuten gaarkoken en op smaak brengen met zout en peper.

Maak in een ander pannetje satesaus door 1 deel melk met 1 deel pindakaas te mengen en te verwarmen tot het een saus word. Voeg eventueel melk of pindakaas toe om de juiste dikte te krijgen. Voeg een scheutje ketjap toe voor de smaak.

Serveer de spitskool met de rijst en satésaus

Eetsmakelijk

Onze *inspiratie*: receptkaart van de albert Heijn
Mei 2018 Biologische boerderijwinkel
Kleinlangevelsloo – Supermarkt in het bos!

Biologische
Boerderijwinkel