

KIPSHOARMA SALADE (4 personen)



Bereidingstijd: 20 minuten

Ingrediënten

500 g kipfiletblokjes* (Geen kippendij of kant en klare, deze zijn te vet!)
15 g shoarmakruiden*
2 sjalotten
2 kropjes baby romaine sla of ijsbergsla
1 komkommer
1 rode paprika
1 gele paprika
1 bosje radijsjes
2 el Kesbeke sladressing of een zelfgemaakte dressing*
1 bakje platte peterselie (10 g, blaadjes grofgesneden)

Bereiding

- Meng de kipblokjes en de shoarmakruiden in een kom. Laat 15 min. staan.
- Schil de komkommer en snijd deze in dunne schijfjes.
- Maak vervolgens de paprika's schoon en snijd deze in kleine blokjes.
- Was de radijsjes en snijd deze in dunne schijfjes.
- Spray wat "fry-light" in de pan en bak de kipfiletblokjes in 8 minuten goudbruin en gaar. Schep regelmatig om.
- Snipper ondertussen de sjalotten en snijd de sla in reepjes van circa 1 cm breed.
- Verdeel alle groenten over 4 borden en sprenkel een beetje dressing erover.
- Leg de blokjes shoarmakip op de sla, strooi een beetje peterselie erover en serveer de salade direct.

Menusuggestie

Ook lekker in een volkoren wrap

* Voor toegestane hoeveelheden, zie richtlijnen PDS.