

Apple & Onion



👤 2 personen ⌚ 0-15 minuten 🍴 hoofdgerecht

GLOEDNIEUWE
SERIE

KIP MET APPEL, KOKOS EN KERRIE

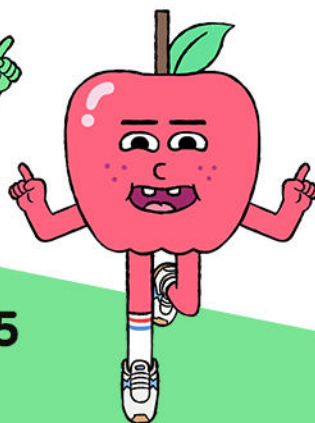
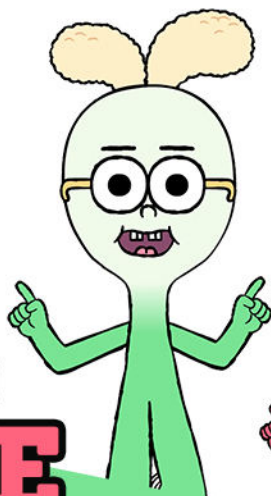
Ingrediënten

- 1 ui
- 1 appel
- 200 gram kipfilet
- 1 eetlepel olie
- 1 eetlepel kerrie
- 1 eetlepel kokosmelk
- 1/4 kippenbouillontablet met minder zout

Bereiding

1. Pel de ui en snijd hem klein.
2. Was de appel en snijd hem in dunne partjes.
3. Snijd de kipfilet in repen.
4. Bak de kip in de olie goudbruin.
5. Fruit de kerrie en de ui kort mee.
6. Voeg de kokosmelk, 150 ml water, het stukje bouillontablet en de appel toe.
7. Stoof het geheel in 10 minuten gaar.

APPEL & UITJE



eerlijk over eten
Voedingscentrum

DOORDEWEEKS OM 16:55
VANAF 3 SEPTEMBER

www.cartoonnetwork.nl