

BBQ-kip-tortillaspiesjes uit de airfryer

totale tijd **30 min.** 15 min. voorbereidingstijd 15 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):

3.360 kJ / 803 kcal

Vetten: **50 g** Eiwitten: **44 g**

Koolhydraten: **58 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

Tortillaspiesjes:

300 g kipfilet, fijngehakt
70 g rode paprika, in blokjes
50 g rode ui, in blokjes
1,5 el peterselie, fijngehakt
1 tl zoete gerookte paprikapoeder
2 tl srirachaus
2 el Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus Met Minder Zout
1 el Kikkoman Teriyaki Barbecuesaus met Honing & Rook
3 tarwetortilla's
4 el Kikkoman Teriyaki Barbecuesaus in Koreaanse Stijl

Koolsalade:

300 g rode kool
70 g wortel
50 g ui
2 el mayonaise
2 el melk
1 tl honing
1 tl Kikkoman Smaakverfijner voor Sushirijst (300ml)
0,5 tl versgemalen zwarte peper
1,5 el Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus Met Minder Zout

Mosterd-sojasaus:

VOORBEREIDING

Stap 1

300 g kipfilet, fijngehakt - **70 g** rode paprika, in blokjes - **50 g** rode ui, in blokjes - **1,5 el** peterselie, fijngehakt - **1 tl** zoete gerookte paprikapoeder - **2 tl** srirachaus - **2 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus Met Minder Zout **1 el** Kikkoman Teriyaki Barbecuesaus met Honing & Rook **3** tarwetortilla's - **4 el** Kikkoman Teriyaki Barbecuesaus in Koreaanse Stijl

Voeg de paprika, ui, peterselie, gerookte paprikapoeder, sriracha, Kikkoman Sojasaus en Kikkoman Teriyaki BBQ-saus met Honing & Rooksmaak toe aan de fijngehakte kipfilet. Meng tot alles goed gemengd is. Snijd de ronde hoeken van de tortilla's af om vierkanten te vormen. Verdeel een portie van het kipmengsel over elke tortilla, stapel ze op elkaar en snijd ze in 9 vierkanten. Rijg ze aan spiesjes en bestrijk ze met 2 el Kikkoman Teriyaki BBQ-saus in Koreaanse Stijl. Bak ze 15 minuten in de air fryer op 180 °C, waarbij je ze tijdens het bakken meerdere keren omdraait en met de saus bestrijkt. Bestrijk ze 2 minuten voor het einde van de bereiding nogmaals met de resterende saus.

Stap 2

300 g rode kool - **70 g** wortel - **50 g** ui - **2 el** mayonaise - **2 el** melk - **1 tl** honing - **1 tl** Kikkoman Smaakverfijner voor Sushirijst (300ml) **0,5 tl** versgemalen zwarte peper - **1,5 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus Met Minder Zout Snijd de kool in dunne reepjes (bij voorkeur met een mandoline), rasp de wortel en snijd de ui in fijne blokjes. Meng in een grote kom de mayonaise, melk, honing, Kikkoman Smaakverfijner voor

2 el mayonaise
1 el honingmosterd
1 tl honing
2 tl citroensap
1 el Kikkoman Natuurlijk
Gebrouwen Sojasaus Met
Minder Zout

Daarnaast:

2 tl witte sesamzaadjes

Sushirijst, peper en Kikkoman Sojasaus. Voeg de groenten toe en meng goed.

Stap 3

2 el mayonaise - **1 el** honingmosterd - **1 tl** honing -
2 tl citroensap - **1 el** Kikkoman Natuurlijk
Gebrouwen Sojasaus Met Minder Zout - **2 tl** witte
sesamzaadjes

Meng in een kom de mayonaise, honingmosterd, honing, citroensap en Kikkoman Sojasaus. Bestrooi de spiesjes met de sesamzaadjes en serveer ze met de koolsalade en de mosterd-sojasaus.