

Chicken & Chips

totale tijd **210 min.** 30 min. voorbereidingstijd **180 min.** kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
1.856 kJ / 443 kcal

Vetten: **17,7 g** Eiwitten: **23,7 g**
Koolhydraten: **45,8 g**

INGREDIËNTEN

4 porties

2 teentjes knoflook
1 stuk gember (ca. 2 cm)
400 g kipfilet
4 el [Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus](#)
1 el suiker
Versgemalen zwarte peper
60 g maïszetmeel
500 g friet
Frituurvet voor de friteuse

VOORBEREIDING

Stap 1

Pak de knoflook en hak hem fijn. Schil de gember en rasp hem fijn. Was de kippenborstfilet, dep droog, snijd in stukken van ca. 3x3 cm, meng met sojasaus, 2 el water, suiker, knoflook en gember en marineer ca. 3 uur.

Stap 2

Haal de kippenstukjes uit de marinade, dep ze droog, kruid ze met peper en draai ze om in het zetmeel.

Stap 3

Bak de kippenstukjes en de friet knapperig goudbruin in de friteuse en serveer ze naar wens met ketchup.