KIKKOMAN

Pittige salade van gepocheerde kip en komkommer

totale tijd **20 min.** **10 min.** voorbereidingstijd **5 min.** kooktijd **5 min.** marineertijd

Voedingswaarde (per portie):
1.027 kJ / 247 kcal

Vetten: **11,7 g** Eiwitten: **26,5 g**
Koolhydraten: **8 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

Komkommers:

400 g	komkommer
1 tl	zout

Kip:

200 g	mini-filets van kippenborst
	Water om te pocheren

Dressing:

3 el	Kikkoman Sesamsaus
1 el	Kikkoman Pittige Chilisaus voor Kimchi
1 tl	Kikkoman Geroosterde Sesamolie

Afwerking:

2 tl	chili in sliertjes gesneden

VOORBEREIDING

Stap 1

400 g komkommer - **1 tl** zout
Was de komkommer, snijd de uiteinden eraf en snijd hem in dunne plakjes. Meng de plakjes met het zout en laat ze even ongeveer 5 minuten staan om het vocht eruit te laten trekken. Knijp de komkommer stevig uit om overtollig water te verwijderen.

Stap 2

200 g mini-filets van kippenborst - Water om te pocheren
Pocheer de mini-filets van kippenborst in zacht kokend water tot ze helemaal gaar zijn en pluk ze vervolgens met de hand in hapklare stukjes.

Stap 3

3 el Kikkoman Sesamsaus **1 el** Kikkoman Pittige Chilisaus voor Kimchi **1 tl** Kikkoman Geroosterde Sesamolie
Meng de Kikkoman Sesamdressing, Kikkoman Kimchi Chilisaus en Kikkoman Geroosterde Sesamolie in een mengkom.

Stap 4

2 tl chili in sliertjes (gesneden)
Voeg de uitgelekte komkommers en de in reepjes gesneden kip toe aan de dressing, meng alles goed door elkaar, schep het mengsel op een serveerschaal en bestrooi het met de chili sliertjes.