

Thaise kip met rijst (Khao Man Gai)

totale tijd **45 min.** 15 min. voorbereidingstijd 30 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
4.368 kJ / 1.044 kcal

Vetten: **22 g** Eiwitten: **73,5 g**
Koolhydraten: **129,5 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

2 el	<u>Kikkoman Geroosterde Sesamolie</u>
30 g	rode ui
15 g	verse gember
5 g	knoflook
300 g	rijst
300 ml	water
1 el	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus</u>
3 snufjes	zwarte peper
400 g	kipfilet of -dij, met vel, overtollig vet verwijderd
3 el	<u>Kikkoman Teriyaki Barbecuesaus in Koreaanse Stijl</u>
2 tl	vissaus
1 tl	limoensap
1	lente-ui
3	takjes koriander
1	komkommer
3	cherrytomaten

VOORBEREIDING

Stap 1

2 el Kikkoman Geroosterde Sesamolie - **30 g** rode ui - **15 g** verse gember - **5 g** knoflook
Snijd de rode ui en knoflook in dunne plakjes van ongeveer 1 mm. Snijd de gember in plakjes van 1 mm dik en snijd deze vervolgens in fijne reepjes. Doe de Kikkoman Sesamolie, rode ui, gember en knoflook in een koekenpan. Bak tot ze goudbruin zijn. Haal van het vuur en zeef door een zeef, waarbij je de gearomatiseerde olie scheidt van de gebakken ui, gember en knoflook. Zet beide apart.

Stap 2

300 g rijst
Spoel de rijst af en laat goed uitlekken. Verhit de gezeefde gearomatiseerde olie uit stap 1 in de koekenpan. Voeg de rijst toe en bak deze lichtjes tot hij licht glazig is, waarbij je ervoor zorgt dat hij niet aanbrandt.

Stap 3

300 ml water - **1 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus - **3 snufjes** zwarte peper - **400 g** kipfilet of -dij, met vel, overtollig vet verwijderd
Doe de rijst uit stap 2 in een rijstkoker. Voeg het water en de Kikkoman Sojasaus toe en meng voorzichtig. Kruid de kip met de zwarte peper en leg deze met het vel naar boven op de rijst. Kook op de snelkookstand.

Stap 4

3 el Kikkoman Teriyaki Barbecuesaus in Koreaanse Stijl - **2 tl** vissaus - **1 tl** limoensap - **1** lente-ui - **3** takjes koriander

Doe de rijst uit stap 2 in een rijstkoker. Voeg het water en de Kikkoman Sojasaus toe en meng voorzichtig. Kruid de kip met de zwarte peper en leg deze met het vel naar boven op de rijst. Kook op de snelkookstand.

Stap 5

1 komkommer - **3** cherrytomaten - De apart gehouden korianderblaadjes

Zodra de rijst gaar is, haal je de kip voorzichtig uit de rijstkoker. Roer de rijst voorzichtig los met een spatel, sluit vervolgens het deksel en laat het 5 minuten op de warmhoudstand staan. Laat de kip 5 minuten rusten voordat je deze in plakjes snijdt. Snijd ondertussen de komkommer in plakjes en halveer de cherrytomaten. Schep voor het serveren de rijst in kommen, leg de gesneden kip erop en garneer met de gebakken ui, gember, knoflook uit stap 1 en de korianderblaadjes. Serveer met de komkommer, tomaten en saus uit stap 4 ernaast.