



# Kookweb.be

## Roergebakken kip met groenten.

### Benodigdheden:

- Kipfilet
- 2 wortelen
- 300gr. peultjes
- 12 baby-maïskolfjes
- 12 shii-takes
- 2 paprika's
- 3 lente-uitjes
- arachide-olie
- 1 teentje knoflook
- stukjes verse gember
- 6 eetlepels kalfs- of gevogelte fond
- sojasaus
- 2 à 3 eetlepels maïzena

### Bereiding:

Vermeng de ingrediënten voor de marinade. Snij de kip in reepjes en leg ze in de marinade. Laat 15 à 20 min trekken. Maak ondertussen de groenten schoon. Snij de wortelen in schuine plakjes, haal de peultjes af en laat ze heel. Snij de maïskolfjes in rondjes, snij het steeltje van de shii-takes en halveer de hoedjes. Snij de paprika's in reepjes en snij de lente-uitjes in ringetjes. Hou een beetje groen apart voor de afwerking. Verhit een beetje olie in de wok en roerbak er op hoog vuur de gemarineerde reepjes kipfilet in. Neem de reepjes uit de wok en laat ze uitlekken in een zeef. Snipper de gepelde knoflook en de verse gember fijn. Maak de wok schoon en doe er opnieuw een beetje olie in. Roerbak de groenten : eerst de wortelen, dan maïs, de peultjes, de paprika's, de knoflook en de gember. Blijf voortdurend omscheppen ! Doe er de paddestoelen bij en tot slot de lente-uitjes. Roer het maïszetmeel los in de fond met een scheutje sojasaus. Overgiet er al roerend de groenten mee. Meng er de kip door en laat alles nog een paar minuten doorwarmen. Werk het gerecht af met het apart gehouden groen van de lente-uitjes.

**Recept rubriek:**   Gevogelte