Mmmmh!

Gegrilde kip-loempia's & knapperige venkel

Ingrediënten

Voor 10 rolletjes
- ½ venkelknol, fijngehakt
- 1 wortel, geraspt
- ½ komkommer, in dunne reepjes gesneden
- 50 g jonge bladgroenten (spinazie, rucola of gemengd)
- ½ avocado, in plakjes gesneden (optioneel)
- ½ bosje munt
- ½ bosje koriander
- 50 g taugé of radijsscheuten
- 80 g gekookte volkoren- of halfvolkoren rijstvermicelli (of fijne quinoa voor een variatie)
- 10 rijstvellen om te rollen
- 2 kipfilets (ongeveer 250 g), gegrild, indien mogelijk gemarineerd

Snelle marinade: sojasaus, limoen, gember, knoflook, honing of ahornsiroop

Saus:
- 2 eetlepels pindakaas (of tahini voor de afwisseling)
- 1 eetlepel sojasaus
- 1 eetlepel limoensap of rijstazijn
- 1 theelepel honing of ahornsiroop
- 1 theelepel geraspte verse gember
- 2 eetlepels water om te verdunnen
- Een scheutje geroosterde sesamolie (optioneel, maar erg lekker)

Mensen: 10

Kooktijd 20 min.

Bereidingstijd 45 min.

Specifieke uitrusting

- Gietijzeren grill
- Japanse mandoline-snijder
- 4-zijdige rasp

Instructions

Envie de partager votre expérience sur les réseaux sociaux ? #MMMMHBXL #LESSECRETSDUCHEF

Envie de réserver votre prochain cours, d'acheter les ingrédients ou les ustensiles ?

www.lessecretsduchef.be

- Kook de kip: grill hem in een pan, onder de grill of in de oven nadat je hem hebt gemarineerd, en snijd hem vervolgens in dunne reepjes.

- Bereid de groenten voor: snijd alles fijn zodat het makkelijker te rollen is en knapperig blijft.

- Week het rijstpapier: week ze een voor een 10 tot 15 seconden in warm water en leg ze vervolgens op een schone theedoek.

- Maak de rolletjes: leg een beetje vermicelli, diverse groenten, kruiden en een paar plakjes kip in het midden. Vouw de randen om en rol ze strak op. Herhaal dit voor elk rolletje.

- Serveer met de saus ernaast of over het rolletje gegoten, naar eigen voorkeur.