

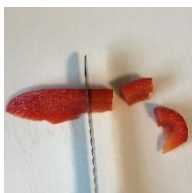
Spitskool met kipfilet

Wat heb je nodig

1 spitskool	3 lente uitjes
1 rode paprika	1 bouillontablet
200 gram kipfilet	1 theelepel kerrie
1 ui	1 eetlepel olie
2 teentjes knoflook	150 ml water



Snijd de kool doormidden en spoel de kool af onder de kraan.
Snijd de harde stronk eruit en snijd de kool in dunne reepjes.
Pel de ui en snijd hem in kleine stukjes.



Was de paprika, snijd hem doormidden en haal de zaden eruit.
Snijd de paprika in stukjes.
Pel de knoflook en snijd ze in kleine stukjes.



Was de lente uitjes en snijd de uiteinden eraf.
Snijd de lente uitjes in ringen.
Snijd de kipfilet in blokjes.



Doe de olie in de hapjespan en zet hem op de kookplaat.
Zet de kookplaat op de middelste stand en laat de olie warm worden.
Doe de kipfilet in de hapjespan en bak het al omscheppend 5 minuten.



Doe de ui en de knoflook bij de kipfilet in de hapjespan.
Bak het al omscheppend 2 minuten.
Doe de kerrie erbij en roer het door elkaar.



Doe de paprika en de kool bij de kipfilet in de hapjespan.
Meng het door elkaar en bak het 2 minuten
Verkrummel de bouillontablet en doe dit erbij.



Schenk het water in de hapjes pan en roer alles door elkaar.
Zet op de laagste stand met deksel op de pan nog 10 minuten garen.
Zet de kookplaat uit en strooi de lente uitjes in de hapjespan.
Lekker met rijst of aardappelen.