Mihoen kip groente

Wat heb je nodig

150 gram kipfilet
125 gram mihoen
1 paprika
250 gram broccoli
1 rode peper
1 prei
1 ui

100 gram taugé
2 cm gember (vers)
1 teentje knoflook
2 eetlepels ketjap
1 eetlepel citroensap
1 eetlepel olie

Doe de ketjap en het citroensap in een schaal.
Snijd de kipfilet en blokjes en doe het ook in de schaal.
Meng het door elkaar en laat het 20 minuten staan.
Pel de ui en snijd hem in kleine stukjes.

Snijd de paprika door de helft en haal de zaden eruit.
Was de paprika en snijd hem in stukjes.
Pel de teentjes knoflook en hak ze fijn.
Was de taugé en laat ze uitlekken.

Snijd de uiteinden van de prei af.
Snijd de prei in de lengte doormidden en was de prei goed.
Snijd de prei in ringen en laat uitlekken in een vergiet.
Schil het stukje gember en hak het fijn.

Snijd de peper doormidden en haal de zaden eruit.
Was de peper en snijd hem in kleine stukjes.
Verdeel de broccoli in kleine roosjes en was ze in een zeef.
Zet een pan met ruim water op de kookplaat, op de middelste stand.

Doe de olie in de hapjespan en zet hem op de kookplaat.
Laat de olie warm worden op de middelste stand.
Doe de kipfilet in de hapjespan bak ze al omscheppend 2 minuten.
Doe de knoflook, ui en gember erbij en roer het even door.

Doe de paprika, prei, broccoli en de rode peper er ook bij.
Roer alles door elkaar en zet de kookplaat op de laagste stand.
Met deksel op de pan 15 minuten laten garen.
Kook de mihoen volgens het recept.

Doe de taugé ook in de hapjespan en meng het door elkaar.
Laat de taugé nog 2 minuten meewarmen.
Doe de mihoen erbij en meng het door elkaar.
Zet de kookplaat uit en dien gelijk op.