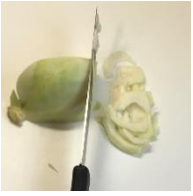
Roerbak wortel bleekselderij

Wat heb je nodig

100 gram bleekselderij
250 gram winterwortel
200 gram witte kool
150 gram kipfilet
1 sjalotje
1 teentje knoflook
1 rode peper
1 snufje peper
1 snufje zout
1 eetlepel olie

Was de bleekselderij en snijd de uiteinden eraf.
Trek de harde nerven van de stengels af.
Je kunt de stengels ook schillen met een dunschiller.
Snijd de bleekselderij in dunne plakjes.

Schil de wortel met de dunschiller.
Snijd de wortel in dunne plakjes.
Pel het teentje knoflook.
Pel het sjalotje en snijd het in ringen.



Haal de lelijke bladeren van de witte kool af.
Snijd de kool in dunne repen.
Was de rode peper en haal de zaadjes eruit.
Snijd de peper in dunne reepjes.

Snijd de kipfilet in stukjes.
Strooi peper en zout op de kip.
Doe de olie in de hapjespan en zet hem op de kookplaat.
Zet de kookplaat op de middelste stand.

Als de olie uitloopt, is ze warm.
Doe de kipfilet in de pan.
Bak de kipfilet al omscheppend 3 minuten.

Doe de wortel en de bleekselderij bij de kip.
Doe het sjalotje en de kool er ook bij.
Schep alles door elkaar.
Bak het al omscheppend 2 minuten.

Doe de rode peper in de pan.
Pers de knoflook er boven uit en schep alles door elkaar.
Zet de kookplaat op de laagste stand.
Laat het nog 15 minuten bakken en eet er rijst bij.