

Roerbak groenten kip

Wat heb je nodig

400 gram Italiaanse roerbakgroenten
350 gram aardappelschijfjes (voorgekookt)
200 gram kipfilet
1 theelepel Italiaanse kruiden

1 bouillontablet
1 teentje knoflook (fijngehakt)
2 eetlepels olie
1 eetlepel water



Pel het teentje knoflook en snijd de uiteinden eraf.
Snijd het teentje knoflook in kleine stukjes.
Snijd de kipfilet in stukjes.
Doe 1 eetlepel olie in de koekenpan.



Laat de olie warm worden op de middelste stand.
Doe de aardappelschijfjes in de koekenpan en bak ze 5 minuten.
Zet de kookplaat op de laagste stand.
Bak ze in 45 minuten gaar, af en toe omscheppen.



Doe 1 eetlepel olie in de hapjespan en zet hm op de kookplaat.
Laat de olie warm worden op de middelste stand.
Doe de kip erbij en bak al omscheppend 5 minuten.
Doe de verkruimelde bouillontablet en het water erbij.



Doe de knoflook er ook bij.
Roer alles goed door elkaar.
Bak het al omscheppend 1 minuut.



Doe de groente erbij.
Meng alles goed door elkaar.
Bak de groente, al omscheppend, 5 minuten
Zet de kookplaat op de laagste stand.



Doe het deksel op de pan.
Laat het 10 minuten zachtjes garen.
Doe de Italiaanse kruiden erbij.
Roer het door elkaar.



Doe de aardappelschijfjes erbij.
Meng alles goed door elkaar.
Gelijk opdienen.
Lekker met een salade.