

Eenpansrijst kip

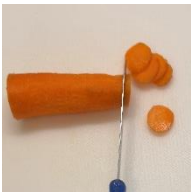
Wat heb je nodig

150 gram rijst
200 gram kipfilet
1 paprika
150 gram worteltjes
1 rode ui
500 ml water (heet)

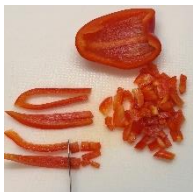
1 theelepel paprikapoeder
1 theelepel kipkruiden
1 theelepel kurkuma
6 takjes peterselie
2 eetlepels olie
1 bouillontablet



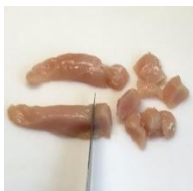
Verbrokkel de bouillontablet in een hittebestendige maatbeker.
Schenk er 500 ml kokend water bij.
Was de peterselie onder de koude kraan.
Laat de het drogen op keukenpapier en snijd het in stukjes.



Schrap de worteltjes en spoel ze af.
Leg de worteltjes op een snijplank.
Snijd de worteltjes in dunne plakjes.
Leg de plakjes op een bord.



Was de paprika en snijd hem door de helft.
Haal de zaden eruit.
Snijd de paprika in repen en de repen in kleine stukjes.
Pel de ui en snijd hem in kleine stukjes.



Snij de kipfilet in blokjes.
Leg de blokjes kipfilet op een bord.
Strooi de kipkruiden erover.
Meng alles door elkaar.



Doe 1 eetlepel olie in de hapjespan en zet hem op de kookplaat.
Laat de olie warm worden op de middelste stand.
Bak de kipfilet al omscheppend 5 minuten.
Schep de kipfilet op een bord, laat de kookplaat aan staan.



Doe weer 1 eetlepel olie in de hapjespan en zet hem op de kookplaat.
Doe de ui, paprika, de worteltjes en de paprikapoeder in de pan.
Bak alles omscheppend 5 minuten.
Doe de rijst en de bouillon erbij en roer het door elkaar.



Zet het deksel op de pan en zet de kookplaat op de laagste stand.
Laat het 20 minuten zachtjes koken, af en toe roeren.
Doe de kip en de kurkuma erbij en roer het door elkaar.
Laat nog 2 minuten warmen en strooi de peterselie erover.