

Japanse roerbakgroenten met kip in gember-ketjapsaus

Week 6

Menugang:	Hoofdgerecht
Benodigde tijd:	30 minuten
Aantal personen:	4 personen

Ingrediënten

- 2 zakken Japanse wok groenten (2 x 400 gram)
- 300 gram kipfiletblokjes
- 2 tenen knoflook
- Verse gember
- 2 el ketjap manis (Go Tan)
- 1 el sesam olie
- 3 el olijfolie
- 1 el limoensap
- 2 tl maïzena
- 2 el water

Benodigdheden:

- Koekenpan
- Wok of hapjespan
- Schaaltje voor marinade

Bereidingswijze

1. Een marinade maken van 1 eetlepel ketjap manis (van GoTan), 1 cm gember fijngesneden, 1 eetlepel limoensap, 2 eetlepels olijfolie.
2. Kip in stukjes snijden, knoflook fijn snijden
3. Kipstukjes toevoegen aan de marinade en laten staan tot gebruik.
4. Wok met 1 eetlepel olijfolie en 1 eetlepel sesamololie heet laten worden
5. De knoflook zeer kort fruiten, vervolgens de Japanse wok groenten toevoegen en wokken.
6. De kipstukjes met de marinade in een koekenpan 5 minuten bakken.
7. Voeg de kipstukjes in de wok toe bij de groenten.
8. Breng op smaak met de tweede eetlepel ketjap.
9. Maak een maïzena papje van 2 theelepeltjes maïzena opgelost in 2 eetlepels water.

10. Na vier minuten, oplossing even doorroeren en toevoegen bij de wok groenten en de kip.

11. Roer goed door.

Serveertip:

Verdeel in 4 porties en serveer warm in een diep bord of kom. Serveer met rijst of tarwe noodles.

Variatie-tips:

- In plaats van kip thuis gemarineerd kan ook gekozen worden voor de wokgarnalen met knoflook.

