

== Kip Jalfrezi ==

Ordernummer: _____

== Ingrediënten (4 personen) ==

2 ajuinen, fijngesnipperd

2 blikken tomatenvlees in blokjes

2x rode paprika (in blokjes gesneden)

knorr drinkbouillon tuinkruiden

2x groene paprika (in blokjes gesneden)

kurkuma

4 teentjes knoflook uit de knijper

koriander in poeder

2 rode pepertjes (fijne schijfjes)

koriander in poeder

400 gr kipfilet, in blokjes gesneden

== Zo maak je het ==

1. Verhit de pamspray en fruit hierin de ajuin 5 min.
2. Doe er het kippenvlees + look + schijfjes peper + rode en groene paprika bij en roerbak 5 min.
3. Overgiet met het tomatenvlees en de knorr drinkbouillon en laat 15 min sudderen op een zacht vuurtje.
4. Kruid met kurkuma, koriander en komijn en laat het geheel nog 5 min verder sudderen.
5. In fase 2 kan je serveren met zilvervliesrijst

Tip

Gewoon genieten!