



Kip ham-kaas met taboulé en kruiden dressing



45 min.



10 personen



Ingrédients

- 10 st. Kip ham-kaas
- 500 g bulgur
- 0,8 l kippenbouillon
- 600 g komkommer
- 600 g jonge wortelen
- 100 g rode ui
- 0,1 l neutrale olie
- 0,2 l yoghurt
- 1/5 bot bieslook
- 1/5 bot dragon
- 1/5 bot peterselie
- ½ st. citroen
- peper en zout

Méthode de préparation

Bak de Kip ham-kaas in een pan op een klein vuurtje aan elke kant gedurende ± 4 minuten of in de oven op 180°C, ± 18 minuten.

Voeg de bulgur en de kippenbouillon samen en breng aan de kook. Zet het vuur uit en laat ± 15 min. rusten onder deksel. Laat afkoelen.

Snij de komkommer en de jonge wortelen in brunoise en kruid deze met peper en zout. Snij de rode ui in ringen. Voeg de bulgur bij de groenten en besprenkel met wat olie en smaak af.

Pluk en snij de kruiden. Voeg er de yoghurt en het sap van de citroen aan toe. Kruid met peper en zout en vermeng.

Schik alles mooi op een bord en werk de bulgur af met de rode ui ringen.

Des recettes plus savoureuses sur Volys.be!

Volys - Oudstrijderslaan 11, B-8860 Lendeledede, Belgie
Tel: (32) (0)51 335020 - Fax: (32) (0)51 314815 - www.volys.be - info@volys.be