



Kippentournedos met Saffraanrijst, groene en boterboontjes



35 minuten



10 personen



Ingrediënten

- 10 kippentournedos
- Scheutje zoete sojasaus (kecap manis)
- 0,75 kg groene boontjes
- 0,75 kg boterboontjes
- Klontje boter
- ½ limoenzeste
- 0,050 kg pindanootjes
- 1 chili
- 0,5 kg rijst
- 1 snuifje saffraanpoeder of kurkumma
- 1 l kippenbouillon
- 1 rode paprika
- Scheutje olijfolie
- Peper & zout
- 0,5 l bruine jus
- Enkele blaadjes koriander

Bereiding

Smeer de kippentournedos in met de zoete sojasaus en bak deze af in een warme luchtoven van 180°C tot een kern van minimum 65°C.

Kook de boontjes bijtgaar op zijn Engels en verfris. Bak de boontjes kort aan in wat boter en rasp er de limoenzeste over. Kruid met peper en zout. Werk de boontjes af met fijn gesneden chili.

Hak de pindanootjes en vermeng deze bij de boontjes.

Voeg de rijst samen met de bouillon en de saffraan. Kook deze 5 minuten op en laat deze 20 minuten staan onder gesloten deksel.

Snij de paprika in brunoise en bak deze kort aan in wat olijfolie. Voeg de paprika bij de rijst.

Voeg de jus van het vlees en de sojasaus bij de bruine jus en kook deze op.

Schik alles op een bord.

Werk af met verse koriander.

Meer lekkere recepten op 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