Kippentournedos op Thaise wijze

10 personen



Ingrédients

- 10 st. Kippentournedos
- 500 g noedels
- Scheutje olijfolie
- 1 kg verse tuinbonen
- ½ bot jonge wortelen
- Gerookte paprika
- Peper & zout
- Groene saus : 1 avocado, 2 teentjes look, 1 rode chilipeper, 1/4 bot van platte peterselie, sap van 1 limoen, 1 dl olijfolie, peper & zout.

Méthode de préparation

Kook de noedels beetgaar in gezouten water en verfris de pasta.
Verwijder de tuinbonen uit de schil en kook ze kort in gezouten water. Verfris. Haal de velletjes van de tuinbonen en hou ze apart.

Schil de jonge worteltjes en steek ze door de keukenrobot (fijn mes, zodat je fijne plakjes bekomt).

Maak de pasta los en vermeng met olijfolie, de tuinbonen en de wortelplakjes. Kruid de pasta af met peper, zout en gerookt paprikapoeder.

Snij de avocado in 2 en haal er de pit uit. Haal er het vruchtvlees uit en leg in de cutter. Voeg nu de gepelde lookteentjes, het groene chilipepertje, de platte peterselie, het limoensap, de olijfolie en de peper en het zout toe. Cutter tot een homogene massa.

Wrijf de Kippentournedos in met olijfolie en kruid met peper en zout. Leg deze vervolgens op de BBQ en grill aan beide zijden.

Schik het gerecht mooi op een bordje.

Des recettes plus savoureuses sur Volys.be!

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