

Gewokte hoevekip,forel,rode rijst, andijvie en papaja's

Benodigdheden: 4pers.

- 1 kipkarbonades
- 2 eieren
- 2el arachide-olie
- 1 flinke wortel,in julienne snijden
- 1 teentje knoflook,geperst
- 1tl curry(oxfam)
- 1tl gehakte chili peper
- 1 el zoete sojasaus
- 4 koppen rijst,gekookt(rode rijst oxfam)
- ¼ andijvie,in schuine ringetjes gesneden
- 50g forel(oxfam) in stukken gesneden
- Papaja's(oxfam) en rode paprika's,in reepjes gesneden

bereidingswijze:.

1. kipkarbonades van bot ontdoen en in smalle reepjes snijden.
2. Eieren opkloppen. 1el olie in een koekenpan verhitten en van de eieren een omelet bakken,laten afkoelen,oprollen en in smalle reepjes snijden.
3. Resterende olie in een pan doen,kip,wortelreepjes en knoflook al roerend mooi bruin laten worden.
4. chili peper,sojasaus,rijst en lente-uitjes erdoor heen scheppen en op een hoog vuur bakken tot het mengsel gaar is. Met omeletreepjes,andijvie,papaja's,forel en reepjes rode paprika garneren.