Vega kipstukjes met sperziebonen in kerrie-kokossaus

Ingrediënten

- 1 Zakje MAGGI Kerriesaus
- 600 g Sperziebonen
- 300 g Mihoen
- 1 Pakje GARDEN GOURMET Filetstukjes
- 300 ml Kokosmelk
- 1 Teentje knoflook
- 2 el Koriander
- 1 el Sambal

Instructie

1. Snijd de kopjes van de sperziebonen af. Kook deze 8 minuten in ruim water en giet ze af.

2. Verhit een beetje olie in een wok en roerbak de kip, knoflook en sambal 3 minuten. Schep de boontjes en kokosmelk erdoor en laat alles 5 minuten zachtjes pruttelen. Kook ondertussen de mihoen volgens de aanwijzingen.

3. Bereid de saus volgens de aanwijzingen op de verpakking en schep de saus door de kip met boontjes. Verwarm het geheel nog enkele minuten op een laag vuur.

4. Verdeel de mihoen over de borden. Schep er de kip met boontjes over en garneer met koriander. Eet smakelijk!

Voedingswaarden tonen

koolhydraten	91.68 g
Energie	640.81 kcal
vetten	21.4 g
Eiwit	13.24 g

30 Min

3 Porties