# Bami met kipfilet en verse groenten

## Ingrediënten

- 2 tl MAGGI Aroma Flacon Nr.2
- 4 Teentje knoflook
- 1 Sambal
- 1 Spitskool
- 40 g Selderij, rauw
- 2 Kipfilet
- 2 g Zout, tafel
- 300 g Mie nestjes
- 25 g Boter
- 50 g Kroepoek
- 50 g CHICK-FIL-A, Chick-n-Strips
- 2 el Olijfolie
- 20 g Sambal
- 1 Eieren

## Instructie

1. Snijd de knoflook heel fijn en kluts de eieren los met de sambal oelek. Snijd de spitskool fijn en was het heel goed in een vergiet, en laat daarna goed uitlekken.

2. Was de prei, door inkeping in de lengte te maken, en dan onder de kraan te houden. Snijd dit fijn en was het nog na in een vergiet, en laat ook dit goed uitlekken. Was de bladselderij en snijd de bladselderij fijn. Snijd de kipfilet in hele kleine stukjes en voeg een tikje zout en peper toe.

3. Kook de mie zoals aangegeven op de verpakking. Tip: weet je nu al dat je mengen lastig vindt, dan zou je de mie kunnen 'breken' in kleinere stukjes.

4. Doe de kipfilet in de koekenpan zodra de boter heet is geworden. Bak het lekker knapperig en bruin. Schep met een schuimspaan de kip uit de pan en bewaar dit afgedekt met aluminiumfolie op een bord.

5. Bewaar het bakvet van de kipfilet. Voeg eventueel 2 eetlepels olijfolie toe en fruit de knoflook in een wok op middelhoog vuur. Doe de mix van geklutste eieren met sambal oelek erbij en maak er een soort van scrambled eggs van. Voeg nu als eerst de spitskool toe. Even goed mengen, en dan kan de prei en bladselderij erbij. Goed mengen en breng op smaak met alleen wat peper.

6. Proef goed, en breng op smaak met MAGGI aroma. Doe er op het laatst de kipstukjes bij. Meng goed en bak even mee.

7. Gebruik voor het serveren een soep bord. Zet er een schaaltje kroepoek, emping en natuurlijk sambal bij! Wil je meer weten over het verhaal achter het recept van Rory? Kijk dan hier!

Voedingswaarden tonen

38 Min

| | | |
|---|---|---|
| koolhydraten | 56.39 g | 2 Porties |
| Energie | 683.03 kcal | |
| vetten | 32.01 g | |
| Eiwit | 38.12 g | |