

# AZIATISCH PASTAGERECHT MET KIP

## INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

200g Chinese kool (ongeveer 4 grote bladeren)

250g champignons

1 ajuin

1 wortel

280g kip

Snuifje peper

Snuifje kippenkruiden

4 eetlepels olijfolie

200g volkorenpasta (of bruine noodles)

2 eetlepels sojasaus

4 stengels pijpajuintjes

## BEREIDINGSWIJZE

Snij de Chinese kool, champignons, ajuin en wortel in kleine stukjes (ongeveer 1 cm). Snij de kip in kleine stukjes (ongeveer 1 cm). Verhit 2 eetlepels olijfolie in een pan en voeg de kip toe. Kruid de kip met een snuifje peper en kippenkruiden. Laat de kip 10-15 minuten goed doorbakken op een laag vuur. Vul een kookpot halfvol met water en laat het water koken op het vuur. Voeg de pasta toe en laat 7 minuten

koken. Verhit 2 eetlepels olijfolie in een wokpan. Voeg de ajuin toe en laat 2-5 minuten fruiten. Voeg de Chinese kool, champignons en wortel toe en laat 2-3 minuten bakken. Voeg de sojasaus toe aan de groenten en roer alles door elkaar. Giet ondertussen de pasta af in een vergiet. Voeg de kip en pasta toe aan de groentenmengeling. Neem de wokpan van het vuur en roer alles goed door elkaar. Werk het gerecht af met het groene gedeelte van de pijpajuintjes (fijngesneden).

## VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

389 Kcal

**SMAKELIJK!**