

# QUINOASALADE MET KIP EN BROCCOLI

## INGREDIËNTEN VOOR 4 PERSONEN

200 gram ongekookte quinoa

500 gram kipfilet in blokjes

20 gram parmezaanse kaas

2 broccoli 's

20 kerstomaten, gehalveerd

1 teentje knoflook

1 blokje magere kippenbouillon

Sausje:

200 gram natuuryoghurt

1 theelepel graanmosterd

4 eetlepels olijfolie

## BEREIDINGSWIJZE

Kook de quinoa in de hoeveelheid water die aangegeven staat op de

verpakking. Voeg het blokje kippenbouillon toe aan het water.

Stoom of kook ondertussen de broccoli. Snijd het teentje knoflook zeer fijn en fruit deze aan in 2 eetlepels olijfolie. Bak de kip mee aan met de knoflook en voeg de gehalveerde kerstomaatjes toe. Kruid dit geheel met peper en zout.

Meng de parmezaanse kaas onder de warme quinoa en voeg nadien de andere ingrediënten toe.

Sausje: Meng de yoghurt met 2 eetlepels olie en de theelepel mosterd. Spatel dit onder de quinoaschotel voor een frisse toets.

## VOEDINGSWAARDE PER PORTIE

kcal: 520

Eiwitten: 48 g

Vetten: 16 g

Koolhydraten: 41 g

**SMAKELIJK!**