



Hoofdgerechten

Bloemkoolrijst met kip en bieslook-yoghurtsausje

Voor 4 personen.

Ingrediënten

600 gram kipfilet
400 gram bloemkoolrijst
200 gram kerstomaatjes
1 rode ui
3 komkommers
200 milliliters Griekse yoghurt
bieslook
1 eetlepel citroensap
1 theelepel olijfolie
peper
zout

Bereidingswijze

Meng alle ingrediënten voor het yoghurtsausje.

Doe de bloemkoolrijst in een grote kom. Voeg de blokjes (voorgegaarde) kipfilet, gehalveerde kerstomaatjes, dun gesneden rode ui en plakjes komkommer toe. Meng alles goed door elkaar.

Verdeel de salade over vier borden en werk af met yoghurtsaus. Serveer met een broodje.

