



Hoofdgerechten

Lauwe salade van kip en appel

Voor 4 personen.

Ingrediënten

125 gram prinsessenboontjes
2 eetlepels olijfolie
250 gram kerstomaatjes (gevierendeeld)
2 handen vol slablaadjes (krokante)
1 eetlepel koriander (fijngesneden)
1 eetlepel honing
4 appels (rode)
600 gram kip
1/4 ui (fijnggehakt)
1 limoen
peper
zout

Bereidingswijze

Verwijder het klokhuis van de appels en snij ze in dikke plakken.

Klop de kipfilets zo dun mogelijk, en kruid ze met peper en zout. Bak ze daarna 8-10 minuten in een beetje olijfolie. Borstel tegelijk een grillpan in met olijfolie en bak er de appelschijfjes 2-3 minuten in. Warm houden.

Kook de boontjes 3-4 minuten in zoutwater. Giet ze af en meng ze samen met de ui en de kerstomaatjes onder de sla.

Roer de geraspte schil en het sap van de limoen, samen met de koriander, de honing en een beetje peper en zout onder 2 eetlepels olie. Giet dit over de sla.

Snij de kipfilets in stukjes en leg ze net als de appelschijfjes bovenop de sla.

Tip: Voorzie bij dit slaatje bij voorkeur lekkere warme afbakbroodjes.

